

چرا همسر م دروغ می‌گوید؟

میزان صمیمیت با همسر تان را بالا ببرید

رفتارهای پنهانی، آمد و رفت‌های پویشکی یکی از شکایت های زوجین است که اگر مستمرار پیدا کند می‌توان گفت که فاتحه زندگی مشترک را باید خواند. به گزارش باشگاه خبرنگاران جوان، یکی از مشکلات موجود در زندگی مشترک برخی از زوجین دروغ گفتن همسران به یکدیگر است.شاید برای شما هم این اتفاق افتاده باشد که شاهد خلاف حرفی که همسر تان زده باشید، به طوری که او به دروغ به شما گفته باشد که برای کاری به خانه دیر باز می‌گردد و سر از جای دیگری به غیر از آنجا در آورده باشد.

رفتارهای پنهانی، آمد و رفت‌های پویشکی یکی از شکایت‌های زوجین است که اگر استمرار پیدا کند و برای آن راه حلی در نظر گرفته نشود، می‌توان گفت که فاتحه زندگی مشترک را باید خواند. سؤال مهم این است که چرا زوجین به یکدیگر دروغ می‌گویند؟ فرشته سادات شجاعی روانشناس و مشاور خانواده در گفت‌وگو با خبرنگار باشگاه خبرنگاران جوان، در این باره اظهار کرد: در بعضی موارد علت دروغگویی همسر، خود شما و نحوه برخورد شماست، بسنجید و ببینید که دروغ‌های همسر تان تا چه حدی به عکس‌العمل‌های شما مربوط است، یکی از پیامدهای سنگبیری‌های بی‌مورد، حساسیت بی‌جا و کنترل شدید سرزنش‌ها و... توسل به دروغگویی است. در حقیقت همسر تان به خاطر بعضی از رفتارهای شما تبدیل به یک دروغگو شده است.

وی با اشاره به اینکه نگران نکردن همسر بکی دیگر از دلایل دروغ گفتن در زندگی مشترک است، افزود: بسیاری برای مراعات حال همسرشان برخی حقایق را پنهان کرده و برخی اتفاقات را بیان نمی‌کنند، در حالی که وقتی همسرشان متوجه موضوع شود، بیشتر عصبانی و آزرده خواهد شد.

شجاعی با بیان اینکه غر زدن همسر هم از دیگر دلایل دروغ گفتن است، ادامه داد: گاهی یکی از زوجین (زن یا شوهر) از ترس اینکه در خانه دعوایی راه بیفتد یا همسرشان به خاطر مسائل بر سر آن‌ها غر بزند، دروغ می‌گویند.

این روانشناس با اشاره به اینکه حفظ عزت نفس از دیگر دلایل دروغگویی همسران است، اضافه کرد: گاهی به خاطر اینکه افراد عزت نفس پایینی دارند یا فکر می‌کنند ممکن است احترام و توجه مثبت همسرشان را از دست بدهند، دست به دروغگویی در مورد مسائل مختلف می‌زنند.

وی بیان کرد: ناامن بودن فضا از دیگر دلایل دروغگویی همسران است، یعنی ممکن است همسران فضایی برای رست گویی به یکدیگر ندهند، در چنین شرایطی دروغ گفتن آسان تر به نظر می‌رسد که البته ممکن است در کوتاه‌مدت چنین هم باشد، اما در بلند مدت برای رابطه آسیب زا خواهد بود.

شجاعی گفت: ترس از دست دادن همسر را می‌توانیم یکی دیگر از دلایل دروغ گفتن همسران بدانیم. بسیاری از زوجین در اغلب مواقع به خاطر ترس از دست دادن همسر کوچک‌ترین مسائل را پنهان کرده و درباره‌اش دروغ می‌گویند.

این روانشناس افزود: ساکت نگه داشتن و برهم زدن آرایش نسبی نیز از دلایل دروغگویی همسران است، یعنی علی‌رغم وجود اختلافات و مشکلات، به جای اینکه به حل مسأله روی آورده و مشکل را حل کنند، دروغ می‌گویند تا نشان دهند اوضاع مرتب است.

وی با بیان اینکه ناآگاهی از آسیب‌های دروغگویی از دیگر دلایل دروغ گفتن همسران است، تصریح کرد: آن‌ها ممکن است فکر کنند دروغ گفتن کار بدی نیست و دروغ مصلحتی برای زندگی لازم است و یا ممکن است فکر کنند لزومی ندارد همسرشان از همه چیز با خبر باشد، اگر زوجین بتوانند فضای امنی را برای همدیگر به وجود آورند، می‌توانند بدون ترس از قضاوت به راحتی با یکدیگر صحبت کنند، در این صورت نیازی به دروغگویی نیست.

شجاعی ادامه داد: بالا بردن میزان صمیمیت و یادگیری تکنیک‌های گفت‌وگو و مذاکره و همچنین یادگیری مهارت حل مسأله همگی به زوجین کمک می‌کند تا از پس مشکلات و چالش‌ها ب‌رایند. در نتیجه می‌توانند در صلح با یکدیگر گفت‌وگو کنند، بدون آن که به یکدیگر دروغ بگویند و به پنهان کاری متوسل شوند.

سمیرا زارع روانشناس و مشاوره خانواده در گفت‌وگو با باشگاه خبرنگاران جوان، درباره علل دروغگویی همسران، بیان کرد: یکی از دلایل دروغگویی در زندگی مشترک ضعف در مهارت‌های ارتباطی در زندگی زناشویی است، در واقع زمانی که زوجین نتوانند با یکدیگر ارتباط درست کلامی و غیر کلامی برقرار و احساساتشان را به درستی بیان کنند همین باعث می‌شود که خواسته هایشان را پشت دروغ‌هایشان مخفی کنند.

وی با اشاره به اینکه ضعف در برقراری ارتباط باعث دروغگویی می‌شود، گفت: هنگامی که فرد اعتماد به نفس پایین و خود ارزنمندی‌ضعیفی داشته باشد و یا وقتی به طرف مقابل خود اعتماد ندارد و ترس از دست دادنش را دارد، مانع گفتن حقیقت می‌شود.این روانشناس عنوان کرد: عوامل محیطی اقتصادی، اجتماعی از دیگر دلایل دروغگویی شریک زندگی هستند و این دروغگویی به مرور زمان ممکن است منجر به سرد شدن روابط شود، پس بهتر است ه‌رچه سریع‌تر به دنبال حل کردن آن باشید.

اگر همسر تان دروغ می‌گوید نگاهی به رفتارهایتان کنید و ریشه آن را در خودتان جستجو کنید. اعتماد جوهره زندگی زناشویی است، اگر دروغگویی باعث شود اعتماد زوجین نسبت به یکدیگر سلب شود زندگی به کام آن‌ها تلخ خواهد شد و سردی عاطفی جای صمیمیت را خواهد گرفت.

دروغگویی باعث ایجاد احساس خشم در افراد می‌شود و در نتیجه دلخوری و بی‌اعتمادی را با خود به همراه دارد و می‌تواند مبنایی برای مشکلات پیچیده‌تر و بزرگ‌تر باشد. پس اگر با این معضل در زندگی زناشویی‌تان مواجه هستید به فکر چاره‌ای باشید و از یک مشاور برای کمک به حفظ زندگی مشترکتان کمک بگیرید.

توزیع رایگان واکسن آنفلوآنزا

در میان گروه‌های پرخطر

سختگوی سازمان غذا و دارو گفت: واکسن آنفلوآنزا در بین گروه‌های در معرض خطر و مادران باردار به صورت کاملا رایگان توزیع می‌شود.

کیانوش جهانپور مدیر کل روابط عمومی وزارت بهداشت و سختگوی سازمان غذا و دارو در گفت‌وگو با باشگاه خبرنگاران جوان، با اشاره به توزیع واکسن آنفلوآنزا در داروخانه‌های سراسر کشور اظهار کرد: واکسن آنفلوآنزا با توجه به شروع فصل سرما در داروخانه‌های سراسر ایران با قیمت مصوب دولتی توزیع می‌شود و هیچ گونه مشکلی در این خصوص وجود ندارد.

نمکی گفت: برای اولین بار در تاریخ ایران، امسال ۲ هزار تخت آی‌سی‌یو به تخت‌های بیمارستانی کشور اضافه می‌شود.

به گزارش باشگاه خبرنگاران جوان، سعید نمکی وزیر بهداشت درمان و آموزش پزشکی در سومین آیین بهره برداری از پروژه‌های سلامت (پوشش سراسری ره سلامت) که از طریق ویدئو کنفرانس برگزار شد، اظهار کرد: کادر درمان در استان خوزستان توانستند یکی از سخت‌ترین امواج بیماری کرونا را مهار کنند. شنبانه‌روز با آن‌ها در تماس بوده و شاهد بودم که با جان‌فشانی‌های خود هجمه‌ی سنگین بیماری را مهار کردند.

وزیر بهداشت، درمان و آموزش پزشکی گفت: عزیزان چه در آبادان و چه در دزفول و شوشتر ارائه خدمت کردند و مدال افتخار برای ایران آفریدند، در مقابل آن‌هایی که می‌گفتند ایران قوم عرب را فراموش کرده است ایستاده و نشان دادند همه هموطنان ما هستند، در این بحران حتی یک هموطن عرب و خوزستانی جلوی در بیمارستان سرگردان نشد.

او افزود: به قول حاج قاسم سلیمانی، ما ملت امام حسینیم؛ مقابل هر هجمه‌ای می‌ایستیم و تاریخ می‌سازیم. امروز یکی از بهترین استان‌های ما در مدیریت کووید ۱۹ استان فارس بود و امیدوارم این رکورد را بتوانیم همواره حفظ کنیم.

نمکی ادامه داد: امسال برای اولین بار در تاریخ ایران ده هزار و شصصد تخت بیمارستانی و دو هزار تخت آی‌سی‌یو به تخت‌های بیمارستانی کشور اضافه‌می‌شود. حدود ۱۴۰۰ پروژه بهداشتی و درمانی را تا ۱۲ فرودین سال ۱۴۰۰ تقدیم مردم شریف این سرزمین خواهیم کرد.

وزیر بهداشت، درمان و آموزش پزشکی گفت: با تکیه بر نام بلند امام حسین و شهدای بزرگوار کربلا پروژه‌هایی را در حوزه سلامت

جامعه



او با اشاره به مادران باردار به عنوان یکی از گروه‌های پرخطر ادامه داد: بر اساس دستورالعمل‌های ابلاغی وزارت بهداشت توزیع واکسن آنفلوآنزا به صورت رایگان در بین مادران باردار از طریق

وزیر بهداشت:

شبکه‌های بهداشتی کشور انجام می‌شود. سختگوی سازمان غذا و دارو تأکید کرد: کادر درمان و گروه‌های در معرض خطر در خط مقدم مقابله با بیماری کرونا هم زمان با شیوع این بیماری هستند که توزیع واکسن آنفلوآنزا در بین این افراد نیز به صورت کاملا رایگان انجام می‌گیرد. قیمت واکسن آنفلوآنزا بر اساس مصوبه دولتی توزیع می‌شود جهانپور بیان کرد: مردم می‌توانند با مراجعه به داروخانه‌های سراسر کشور با قیمت مصوب دولتی واکسن آنفلوآنزا را تهیه کنند. من از مردم درخواست دارم با توجه به شیوع بیماری کرونا با هدف پیشگیری از ابتلا به بیماری کرونا دستورالعمل‌های بهداشتی را رعایت کنند و هنگام خروج از خانه به خصوص در مراکز پر ازدحام و مسقف، استفاده از ماسک را فراموش نکرده و فاصله گذاری اجتماعی را به طور دقیق اجرا کنند.

نمکی گفت: برای اولین بار در تاریخ ایران، امسال ۲ هزار تخت آی‌سی‌یو به تخت‌های بیمارستانی کشور اضافه می‌شود.

به گزارش باشگاه خبرنگاران جوان، سعید نمکی وزیر بهداشت درمان و آموزش پزشکی در سومین آیین بهره برداری از پروژه‌های سلامت (پوشش سراسری ره سلامت) که از طریق ویدئو کنفرانس برگزار شد، اظهار کرد: کادر درمان در استان خوزستان توانستند یکی از سخت‌ترین امواج بیماری کرونا را مهار کنند. شنبانه‌روز با آن‌ها در تماس بوده و شاهد بودم که با جان‌فشانی‌های خود هجمه‌ی سنگین بیماری را مهار کردند.

وزیر بهداشت، درمان و آموزش پزشکی گفت: عزیزان چه در آبادان و چه در دزفول و شوشتر ارائه خدمت کردند و مدال افتخار برای ایران آفریدند، در مقابل آن‌هایی که می‌گفتند ایران قوم عرب را فراموش کرده است ایستاده و نشان دادند همه هموطنان ما هستند، در این بحران حتی یک هموطن عرب و خوزستانی جلوی در بیمارستان سرگردان نشد.

او افزود: به قول حاج قاسم سلیمانی، ما ملت امام حسینیم؛ مقابل هر هجمه‌ای می‌ایستیم و تاریخ می‌سازیم. امروز یکی از بهترین استان‌های ما در مدیریت کووید ۱۹ استان فارس بود و امیدوارم این رکورد را بتوانیم همواره حفظ کنیم.



خوزستان و فارس خواست تا به این موضوع با توجه به بازگشایی مدارس بیشتر اهتمام ورزند و نظارت‌ها را بیشتر کنند تا بحران دیگری را شاهد نباشیم.

وزیر بهداشت در ادامه برنامه پروژه خاتم‌الانبیا را با ۵۳ پروژه بهداشتی، درمانی و عمرانی در فضایی بالغ بر ۴۰ هزار و ۸۳۱ مترمربع افتتاح کرد. همچنین ۳۲۵ تخت عادی و ویژه بیمارستانی با اعتباری بالغ بر ۲۸۰۰ میلیارد ریال به بهره‌برداری رسید.

افتتاح می‌کنیم. **بهداشت مدارس نیاز به توجه دارد** نمکی از کادر درمان دانشگاه علوم پزشکی چهرم که در توسعه زیرساخت‌ها نقش مهمی داشتند تشکر کرد و ادامه داد: امیدوار هستیم به زودی بیمارستان ۳۳۰ تختخوابی چهرم را به بهره‌برداری برسانیم.



به دنبال وصل مطالباتمان از دولت هستیم که آنها را تامین کند. سالاری افزود: اما درباره آن اعتبار تخصیصی صندوق توسعه ملی هم کلیات در کارگروه اقتصادی ستاد کرونا مصوب و قرار شده سهم تامین اجتماعی نیز به نسبت مشخص و به ما پرداخت شود که باید در ستاد ملی هم به تصویب برسد.

پاسخ به شبهات مربوط به مدرک تحصیلی سالاری در پاسخ به پرسشی پیرامون حواشی مربوط مدارک تحصیلی اش نیز توضیحاتی ارائه کرد و گفت: تحصیلاتم را در حوزه حقوق عمومی در دو مقطع کارشناسی ارشد و دکتری در دانشگاه تهران به پایان رساندم؛ که البته پردیس دانشگاه تهران هم نبوده و در دانشکده حقوق بوده است.

وی افزود: اینها همه مشخص است و می‌توان از دانشگاه تهران هم استعلام کرد.

مدیرعامل سازمان تامین اجتماعی با بیان اینکه در حوزه مدیریت نیز در یک دوره آموزشی که به صورت مشترک از سوی دانشگاه بوردوی فرانسه و سازمان مدیریت صنعتی برگزار شد شرکت کردم گفت: دو مرجع برگزار کننده هر دو مدارکی صادر کرده اند. مدرک بوردوی فرانسه دی. بی. ای یا همان دکترای حرفه ای است و مدرک سازمان مدیریت صنعتی هم در حد دکترای حرفه ای مدیریت است و در گواهینامه پایان دوره ذکر شده است.

سالاری اضافه کرد: اعتبار این مدرک نیز به تایید سازمان امور اداری استخداهمی رسیده است. که همه این موارد قابل استعلام است. موضوع از سازمان مدیریت صنعتی نیز قابل استعلام است تا برای کسانی که سونیت ندارند رفع ابهام شود. **واکنش سالاری به برخی فحاشاری ها در فضای مجازی** وی در واکنش به برخی فحاشااری ها در فضای مجازی پیرامون عملکرد مدیریتی اش در سال های گذشته نیز گفت: از مراجع دیصلاح نظارتی باید سوال کرد. حتما اقدامات حقوقی در این باره خواهیم کرد.

مدیرعامل سازمان تامین اجتماعی ادامه داد: صبر و حوصله ام زیاد است. این رفتارها تردید برانگیز است و باید برخورد و اقدام قانونی لازم صورت بگیرد. کسانی که مرجع کار بوده اند باید رسیدگی کنند. بنده در تمام عمرم در هیچ پرونده ای نه شاکی بوده ام نه متشاکی و نه به عنوان متهم احضار شده ام.

سالاری تأکید کرد که بسیار شفاف، واضح و روشن کار کرده ام و به این حواشی توجهی نمی‌کنم زیرا تردید و ابهامی ندارم و نگران نیستم.

۳- کلمات را وارونه وار یا بر عکس بگویید.
۴- از مسیر جدیدی به سر کار بروید.
۵- هر بار باتوقتان را عوض کرده و به مکان‌های جدیدی با دوستان و آشنایان ملاقات داشته باشید.
۶- درباره باورهایتان با تردید فکر کنید و به هیچ عنوان با قطعی‌ت راجع به آن نظر ندهید.
۷- جملات یک صفحه از کتاب را از آخر به اول بخوانید تا در اینصورت حافظه تان تقویت شده و تمرکز خود را افزایش دهید.
۸- با ایده و خلاقیت‌های خود در طول روز کار جدیدی انجام دهید و به فعالیت‌های تازه بپردازید.
۹- موبایل‌تان را همراه خود نبرید، چرا که امواج منفی آن به گفته متخصصان باعث اختلال در حافظه تان خواهد شد.
۱۰- یک یا چند بیت شعر حفظ کرده و در زمان بیکاری به تکرار آن‌ها بپردازید.

تکنیک‌ها آشنا خواهید شد، اما باید بدانید که هر روشی برای تحقق آن درست نخواهد بود.

متأسفانه دیده‌شده است که کنفرانس برخی از دانشجویان در مقابل استادان و سایر همکلاسی‌ها با تیق زدن همراه بوده و به علت اینکه استرس در این زمان بر فرد دانشجو غلبه کرده است و به راحتی نمی‌تواند چند صفحه از مطالب درسی کتاب را بیان کند و حتما باید در حین صحبت کردن به جزوه خود نگاه کند که این موضوع به راحتی بیانگر عدم تمرکز کافی خواهد بود؛ بنابراین انجام چند تکنیک ساده باعث تقویت حافظه و افزایش تمرکز در زمان امتحانات و ارائه کنفرانس‌ها خواهد شد.

راهکارهایی طلایی برای تقویت حافظه

۱- با دست مخالف مسواک و شانه‌بزنید و نوشته‌های خود را بنویسید.
۲- ساعت مچی را حتما در دست راست ببندید.
متأسفانه دیده‌شده است که کنفرانس برخی از دانشجویان در مقابل استادان و سایر همکلاسی‌ها با تیق زدن همراه بوده و به علت اینکه استرس در این زمان بر فرد دانشجو غلبه کرده است و به راحتی نمی‌تواند چند صفحه از مطالب درسی کتاب را بیان کند و حتما باید در حین صحبت کردن به جزوه خود نگاه کند که این موضوع به راحتی بیانگر عدم تمرکز کافی خواهد بود؛ بنابراین انجام چند تکنیک ساده باعث تقویت حافظه و افزایش تمرکز در زمان امتحانات و ارائه کنفرانس‌ها خواهد شد.
راهکارهایی طلایی برای تقویت حافظه
۱- با دست مخالف مسواک و شانه‌بزنید و نوشته‌های خود را بنویسید.
۲- ساعت مچی را حتما در دست راست ببندید.

چهارشنبه ۱۹ شهریور ۱۳۹۹ / شماره ۵۴۸۱ / سال بیست و ششم نورخوزستان ۷

دانستنی های حقوقی



طلاق زن و شوهر ایرانی

خارج از کشور چگونه است؟

اگر زن و شوهر ایرانی بخواهند در خارج از کشور از یکدیگر طلاق بگیرند باید موارد قانونی رعایت شود.

به گزارش باشگاه خبرنگاران جوان، بر اساس قانون اگر دو نفر ایرانی بخواهند در کشوری دیگر از یکدیگر طلاق بگیرند باید به این نکته توجه داشته باشند که احکام دادگاه‌های خارجی در مورد طلاق ایرانیان قابل اجرا نیست، البته اگر این حکم در دادگاه ایران رسیدگی و تنفیذ شود، می‌تواند قابلیت اجرایی پیدا کند.

گاهی اوقات ممکن است که دادگاه‌های کشور دیگر احکامی را صادر کنند که در دادگاه ایران قابلیت اجرایی نداشته باشند که بر این اساس

حکم در کنسولگری ایران فاقد اعتبار است. زن در ایران می‌تواند مهریه خود را مطالبه و شوهر خود را ممنوع الخروج کند، بر همین اساس توصیه می‌شود که اگر زن و شوهری قصد طلاق در خارج از کشور دارند حتما به کنسولگری مراجعه کنند تا مطابق با قوانین ایران این اقدام انجام شود.

نمکی گفت: برای اولین بار در تاریخ ایران، امسال ۲ هزار تخت آی‌سی‌یو به تخت‌های بیمارستانی کشور اضافه می‌شود.

به گزارش باشگاه خبرنگاران جوان، سعید نمکی وزیر بهداشت درمان و آموزش پزشکی در سومین آیین بهره برداری از پروژه‌های سلامت (پوشش سراسری ره سلامت) که از طریق ویدئو کنفرانس برگزار شد، اظهار کرد: کادر درمان در استان خوزستان توانستند یکی از سخت‌ترین امواج بیماری کرونا را مهار کنند. شنبانه‌روز با آن‌ها در تماس بوده و شاهد بودم که با جان‌فشانی‌های خود هجمه‌ی سنگین بیماری را مهار کردند.

وزیر بهداشت، درمان و آموزش پزشکی گفت: عزیزان چه در آبادان و چه در دزفول و شوشتر ارائه خدمت کردند و مدال افتخار برای ایران آفریدند، در مقابل آن‌هایی که می‌گفتند ایران قوم عرب را فراموش کرده است ایستاده و نشان دادند همه هموطنان ما هستند، در این بحران حتی یک هموطن عرب و خوزستانی جلوی در بیمارستان سرگردان نشد.

او افزود: به قول حاج قاسم سلیمانی، ما ملت امام حسینیم؛ مقابل هر هجمه‌ای می‌ایستیم و تاریخ می‌سازیم. امروز یکی از بهترین استان‌های ما در مدیریت کووید ۱۹ استان فارس بود و امیدوارم این رکورد را بتوانیم همواره حفظ کنیم.

نمکی ادامه داد: امسال برای اولین بار در تاریخ ایران ده هزار و شصصد تخت بیمارستانی و دو هزار تخت آی‌سی‌یو به تخت‌های بیمارستانی کشور اضافه‌می‌شود. حدود ۱۴۰۰ پروژه بهداشتی و درمانی را تا ۱۲ فرودین سال ۱۴۰۰ تقدیم مردم شریف این سرزمین خواهیم کرد.

وزیر بهداشت، درمان و آموزش پزشکی گفت: با تکیه بر نام بلند امام حسین و شهدای بزرگوار کربلا پروژه‌هایی را در حوزه سلامت

به دنبال وصل مطالباتمان از دولت هستیم که آنها را تامین کند. سالاری افزود: اما درباره آن اعتبار تخصیصی صندوق توسعه ملی هم کلیات در کارگروه اقتصادی ستاد کرونا مصوب و قرار شده سهم تامین اجتماعی نیز به نسبت مشخص و به ما پرداخت شود که باید در ستاد ملی هم به تصویب برسد.

پاسخ به شبهات مربوط به مدرک تحصیلی سالاری در پاسخ به پرسشی پیرامون حواشی مربوط مدارک تحصیلی اش نیز توضیحاتی ارائه کرد و گفت: تحصیلاتم را در حوزه حقوق عمومی در دو مقطع کارشناسی ارشد و دکتری در دانشگاه تهران به پایان رساندم؛ که البته پردیس دانشگاه تهران هم نبوده و در دانشکده حقوق بوده است.

وی افزود: اینها همه مشخص است و می‌توان از دانشگاه تهران هم استعلام کرد. **مدیرعامل سازمان تامین اجتماعی با بیان اینکه در حوزه مدیریت نیز در یک دوره آموزشی که به صورت مشترک از سوی دانشگاه بوردوی فرانسه و سازمان مدیریت صنعتی برگزار شد شرکت کردم گفت: دو مرجع برگزار کننده هر دو مدارکی صادر کرده اند. مدرک بوردوی فرانسه دی. بی. ای یا همان دکترای حرفه ای است و مدرک سازمان مدیریت صنعتی هم در حد دکترای حرفه ای مدیریت است و در گواهینامه پایان دوره ذکر شده است.** سالاری اضافه کرد: اعتبار این مدرک نیز به تایید سازمان امور اداری استخداهمی رسیده است. که همه این موارد قابل استعلام است. موضوع از سازمان مدیریت صنعتی نیز قابل استعلام است تا برای کسانی که سونیت ندارند رفع ابهام شود. **واکنش سالاری به برخی فحاشاری ها در فضای مجازی** وی در واکنش به برخی فحاشااری ها در فضای مجازی پیرامون عملکرد مدیریتی اش در سال های گذشته نیز گفت: از مراجع دیصلاح نظارتی باید سوال کرد. حتما اقدامات حقوقی در این باره خواهیم کرد.

مدیرعامل سازمان تامین اجتماعی ادامه داد: صبر و حوصله ام زیاد است. این رفتارها تردید برانگیز است و باید برخورد و اقدام قانونی لازم صورت بگیرد. کسانی که مرجع کار بوده اند باید رسیدگی کنند. بنده در تمام عمرم در هیچ پرونده ای نه شاکی بوده ام نه متشاکی و نه به عنوان متهم احضار شده ام.

سالاری تأکید کرد که بسیار شفاف، واضح و روشن کار کرده ام و به این حواشی توجهی نمی‌کنم زیرا تردید و ابهامی ندارم و نگران نیستم.

۳- کلمات را وارونه وار یا بر عکس بگویید.
۴- از مسیر جدیدی به سر کار بروید.
۵- هر بار باتوقتان را عوض کرده و به مکان‌های جدیدی با دوستان و آشنایان ملاقات داشته باشید.
۶- درباره باورهایتان با تردید فکر کنید و به هیچ عنوان با قطعی‌ت راجع به آن نظر ندهید.
۷- جملات یک صفحه از کتاب را از آخر به اول بخوانید تا در اینصورت حافظه تان تقویت شده و تمرکز خود را افزایش دهید.
۸- با ایده و خلاقیت‌های خود در طول روز کار جدیدی انجام دهید و به فعالیت‌های تازه بپردازید.
۹- موبایل‌تان را همراه خود نبرید، چرا که امواج منفی آن به گفته متخصصان باعث اختلال در حافظه تان خواهد شد.
۱۰- یک یا چند بیت شعر حفظ کرده و در زمان بیکاری به تکرار آن‌ها بپردازید.

تکنیک‌ها آشنا خواهید شد، اما باید بدانید که هر روشی برای تحقق آن درست نخواهد بود.

متأسفانه دیده‌شده است که کنفرانس برخی از دانشجویان در مقابل استادان و سایر همکلاسی‌ها با تیق زدن همراه بوده و به علت اینکه استرس در این زمان بر فرد دانشجو غلبه کرده است و به راحتی نمی‌تواند چند صفحه از مطالب درسی کتاب را بیان کند و حتما باید در حین صحبت کردن به جزوه خود نگاه کند که این موضوع به راحتی بیانگر عدم تمرکز کافی خواهد بود؛ بنابراین انجام چند تکنیک ساده باعث تقویت حافظه و افزایش تمرکز در زمان امتحانات و ارائه کنفرانس‌ها خواهد شد.

راهکارهایی طلایی برای تقویت حافظه
۱- با دست مخالف مسواک و شانه‌بزنید و نوشته‌های خود را بنویسید.
۲- ساعت مچی را حتما در دست راست ببندید.

۱۱- در جایی امن و بدون خطر عقب عقب یا چشم بسته راه بروید.
۱۲- با افرادی که مدت هاست ندیده اید، تماس بگیرید.
۱۳- لباس‌هایی با رنگبندی جدید بپوشید.
۱۴- در طول هفته جدول حل کنید.
۱۵- بدون ماشین حساب اعداد را محاسبه کرده تا ذهنتان نقش فعالی داشته باشد.
۱۶- حدس‌های شمارشی متنوع و قابل راستی آزمایی بزنید.
۱۷- قبل از پایان فیلم ویدیویی آن را متوقف کنید و درباره پایشان تخیل سازی کنید.
۱۸- نقاشی یا رنگ آمیزی کنید.
۱۹- چیز تازه‌ای مثل آشپزی یاد بگیرید.
۲۰- آلبوم عکس‌های قدیمی را ورق بزنید و درباره عکسهایش با کسی صحبت کنید.