

تابلوساز علی پور

مجری انواع تابلوهای تبلیغاتی...

گرگان، بلوار مدرس، نبش مدرس ۹

تماس: ۰۹۱۱۵۶۷۱۳۶۹

هشدار جهاد کشاورزی درباره تهدید بیماری

خوشه گندم



۲

چطور خانه را برای مهمان سرزده

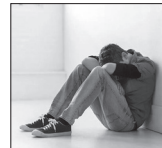
مرتب کنیم؟



۲

سکوت نوجوانان؛

پیام خاموش قضاوت‌های خانوادگی



۴

مراعات گلستان در آستانه فروپاشی

چرای دام ۳ برابر ظرفیت و خطر بیابانی شدن



کرد و افزود: مدیریت مراعات نباید نظارتی باشد بلکه باید با ایجاد تعاونی‌های مرتعداری و مشارکت دادن دامداران و عشایر در تصمیم‌گیری‌ها و اجرای طرح‌های مرتعداری، به سمت پایداری حرکت کنیم. محقق مرکز تحقیقات، آموزش کشاورزی و منابع طبیعی گلستان افزود: استفاده از فناوری‌های نوین مانند سنجش از دور و سامانه‌های اطلاعات جغرافیایی (GIS) برای پایش دقیق وضعیت مراعات و منابع آب نیز از اولویت‌های ماست. وی ادامه داد: توسعه اکوتوریسم، کشت گیاهان دارویی مانند آویشن و گل گاوزبان و پرورش دام‌های بومی با بهره‌وری بالا مانند شتر می‌تواند به کاهش فشار بر مراعات کمک کند و علاوه بر آن، اجرای طرح‌های جمع‌آوری آب باران، ایجاد سدهای کوچک و آموزش روش‌های بهینه مصرف آب در کشاورزی و دامداری ضروری است. این محقق کشاورزی به مسوولان منابع طبیعی، محیط زیست و جهاد کشاورزی توصیه کرد: مدیریت مراعات نیازمند هم‌افزایی در سه بخش مرتع، دام و علوفه است و باید با حمایت از طرح‌های احیای اراضی تخریب‌شده، مبارزه قاطع با تغییر کاربری‌های غیرمجاز، آموزش دامداران برای کاهش جمعیت دامی و توسعه صنایع تبدیلی مانند لبنیات و گوشت به جای دامداری سنتی، به سمت پایداری حرکت کنیم.

رطوبت در فصل‌های گرم، احتمال آتش‌سوزی‌های مرتعی را به شدت افزایش داده که سالانه خسارات سنگینی به پوشش گیاهی وارد می‌کند. پارسایی اضافه کرد: علاوه بر چرای بی‌رویه، حضور گونه‌های گیاهی مهاجم نیز یکی از چالش‌های جدی است و تحقیقات نشان می‌دهد بیش از ۷۰۰ هکتار از مساحت گلستان تحت تاثیر گونه‌های مهاجمی مانند کنجد شیطنی، خربزه وحشی، فرفیون خوابیده و گیاه اسپند قرار دارد و این گونه‌ها با رقابت بر سر منابع آب و خاک، تنوع زیستی بومی استان که شامل بیش از هزار و ۷۰۰ گونه گیاهی معادل ۳۴ درصد گونه‌های گیاهی کشور است را تهدید می‌کنند. وی با تشریح عوامل تشدیدکننده چرای بیش از ظرفیت، گفت: فقر اقتصادی و وابستگی شدید جوامع محلی و عشایر به دامداری، باعث شده که دامداران برای حفظ معیشت خود، دام‌های بیشتری پرورش دهند و نبود گزینه‌های اقتصادی جایگزین، ضعف در نظارت بر پروانه‌های چرای دام و سنتی بودن نظام بهره‌برداری، این چرخه معیوب را ادامه داده و نتیجه این امر، کاهش پوشش گیاهی، فرسایش خاک و افزایش ریزگردها در شرق گلستان است. پارسایی با بیان اینکه نجات مراعات گلستان نیازمند رویکردی جامع است، راهکارهای پیشنهادی خود را تشریح

۷۶۱ هزار هکتار مرتع قشلاقی و ۱۰۱ هزار هکتار مرتع بیلاقی است که سالانه میزبان چهار هزار و ۱۲۲ خانوار عشایری با جمعیتی بالغ بر ۲۳ هزار نفر است. لطف‌الله پارسایی با تاکید بر وضعیت نگران‌کننده تعادل اکوسیستم، افزود: بر اساس آمارهای ارائه شده، جمعیت دامی استان حدود ۲ میلیون و ۲۰۰ هزار واحد دامی برآورد شده در حالی که ظرفیت واقعی مراعات استان تنها ۷۵۰ هزار واحد دامی است یعنی فشار وارده بر مراعات سه برابر ظرفیت مجاز است. وی با بیان اینکه در شرایط مطلوب بهره‌برداری، توان مراعات پاسخگوی نیاز هزار و ۲۰۰ خانوار است، تصریح کرد: وقتی جمعیت دامی سه برابر ظرفیت باشد، نقش مرتع در مسائل زیست‌محیطی مانند تثبیت خاک، تولید علوفه و حفظ منابع آب به شدت کم‌رنگ می‌شود و مرتع به سمت تخریب و بیابانی شدن حرکت می‌کند. این کارشناس منابع طبیعی با اشاره به نقش حیاتی تغییرات اقلیمی، خاطر نشان کرد: کاهش بارش‌ها، نوسانات دمایی و گرمایش جهانی باعث خشکی گیاهان مرتعی و کاهش نفوذپذیری آب در خاک شده و در حال حاضر، حدود ۳۰۶ هزار هکتار از مراعات گلستان در معرض خطر بیابانی شدن قرار دارند. محقق مرکز تحقیقات، آموزش کشاورزی و منابع طبیعی گلستان ادامه داد: همچنین، افزایش دما و کاهش

محققان مرکز تحقیقات کشاورزی و منابع طبیعی گلستان هشدار دادند که ترکیب کاهش شدید پوشش گیاهی، افزایش سه برابری جمعیت دامی نسبت به ظرفیت طبیعی و تغییرات اقلیمی، این استان را با بحران جدی «بیابانی شدن» مواجه کرده که نه تنها تنوع زیستی را تهدید می‌کند، بلکه معیشت هزاران خانوار عشایری و دامدار را نیز در خطر قرار داده است. به گزارش ایرنا، طبق داده آماری، چهار هزار و ۱۲۲ خانوار عشایری شامل هزار و ۸۸۸ خانوار بومی ترکمن و ۲ هزار و ۲۳۴ خانوار کوچنده از استان‌های خراسان شمالی، رضوی و سمنان با مجموع جمعیت افزون بر ۲۳ هزار نفر در مراعات استان گلستان برای دامپروری مستقر می‌شوند و در مجموع تقریباً ۲ میلیون و ۴۰۰ هزار راس دام سبک و سنگین در استان گلستان، از مراعات بهره‌مند می‌شوند. علاوه بر این، پرورش شتر هم طی سال‌های اخیر به عنوان یکی از پرسودترین بخش‌های دامداری، در مراعات استان گلستان مورد توجه جدی قرار گرفته و پرورش آن در مناطق شمال و شمال شرقی گلستان رواج دارد و حدود ۸۰۰ بهره بردار درآمد زندگی خود را از پرورش شتر تأمین می‌کنند. محقق مرکز تحقیقات، آموزش کشاورزی و منابع طبیعی گلستان با اشاره به ظرفیت‌های عظیم مراعات گلستان، گفت: این استان دارای

هشدار جهاد کشاورزی درباره تهدید بیماری خوشه گندم

۲۹۱ هزار هکتار گندم دیم و ۱۶۹ هزار هکتار گندم آبی در استان زیر کشت رفته است. با توجه به بارش‌های مطلوب، کارشناسان برآورد می‌کنند که از سطح ۴۶۰ هزار هکتار کشت گندم، بیش از یک میلیون و ۲۰۰ هزار تن محصول برداشت شود. ملک‌شاهکویی در خصوص تامین نهاده‌ها، تاکید کرد: کمبودی در تامین سموم حفاظتی در استان وجود ندارد و بیش از ۵۰۰ فروشگاه مجاز در سطح استان فعال هستند که کشاورزان باید با دریافت مشاوره از گیاه‌پزشکان، نسبت به تهیه و مصرف صحیح قارچ‌کش‌ها اقدام کنند. مدیر حفظ نباتات جهاد کشاورزی گلستان همچنین با اشاره به شرایط آب‌وهوایی مساعد برای گسترش بیماری «بادزدگی سیب‌زمینی»، از کشاورزان این محصول خواست مزارع خود را به دقت پایش کنند. ملک‌شاهکویی افزود: این بیماری از ۱۹ فروردین ماه در منطقه سرخن کلاته از توابع شهرستان گرگان گزارش شد و تاکنون در ۸ هزار هکتار از مزارع آلوده، عملیات سمپاشی انجام شده است. به گفته وی با توجه به آغاز برداشت ارقام زودرس در استان که سال جاری ۵ هزار و ۶۳۲ هکتار زیر کشت سیب‌زمینی رفته است، جهاد کشاورزی گلستان از سطح زیر کشت سیب زمینی در استان، تولید ۱۵۵ هزار تن محصول را برآورد کرده است.



گذشته، به دلیل حاکم بودن خشکسالی، این میزان تنها ۷۰ هزار هکتار بود. ملک‌شاهکویی خاطرنشان کرد: افزایش ۳۰ درصدی بارش‌ها در استان نسبت به مدت مشابه سال قبل، زمینه را برای مشاهده بیماری‌ها، به‌ویژه در مزارع جنوبی، دوچندان کرده است. طبق داده‌های آماری مسوولان جهاد کشاورزی گلستان، در سال زراعی جاری،

مدیر حفظ نباتات جهاد کشاورزی گلستان با ارائه آمار از وضعیت سلامت نباتات استان، افزود: از ۲۰ بهمن سال گذشته که نخستین مورد بیماری زنگ زرد در بندرگز گزارش شد، تاکنون عملیات سمپاشی در ۵۹۰ هزار هکتار علیه بیماری‌هایی نظیر زنگ زرد، سفیدک سطحی و فوزاریوم انجام شده و این در حالی است که در سال زراعی

مدیر حفظ نباتات جهاد کشاورزی گلستان با هشدار درباره شیوع بیماری «فوزاریوم خوشه گندم» در مزارع جنوبی استان، از کشاورزان خواست با توجه به پیش‌بینی بارش‌ها، پیشگیری از این بیماری را جدی گرفته و در صورت مشاهده آلودگی، بلافاصله عملیات سمپاشی را انجام دهند. به گزارش روابط عمومی، سمانه ملک‌شاهکویی اظهار کرد: بیماری فوزاریوم خوشه‌ای به دلیل افزایش میزان بارش‌ها، به‌ویژه در مزارع آبی جنوب استان که در مرحله گلدهی و ابتدای شیرین شدن دانه قرار دارند، مشاهده می‌شود. وی با تاکید بر این‌که این بیماری در حال حاضر تحت کنترل است، هشدار داد: با توجه به گزارش‌های هواشناسی مبنی بر پیش‌بینی بارش در اواخر هفته جاری (پنجشنبه و جمعه)، کشاورزان منطقه جنوبی استان تنها چند روز فرصت دارند تا پیش از شروع بارندگی، مزارع آلوده را علیه این بیماری سمپاشی کنند. ملک‌شاهکویی با اشاره به خطرات این بیماری، افزود: بیماری فوزاریوم علاوه بر کاهش چشمگیر عملکرد محصول در واحد سطح، با تولید سموم قارچی (توکسین‌ها)، کیفیت گندم را نیز به شدت تحت تاثیر قرار می‌دهد که کشاورزان باید در این سه هفته باقی‌مانده تا آغاز فصل برداشت، پایش مستمر مزارع را در دستور کار قرار دهند.

چطور خانه را برای مهمان سرزده مرتب کنیم؟

کار، صبح‌ها با ذهنی آرام‌تر شروع خواهید کرد. استفاده از زمان‌های کوتاه: از زمان‌های کوتاه بین کارها استفاده کنید. مثلاً وقتی که فرزندان مشغول بازی است یا در حال تماشای کارتون است، می‌توانید چند دقیقه به جمع‌آوری وسایل بپردازید. تجمع وسایل: در هر اتاق یک سبد یا جعبه بزرگ قرار دهید تا بتوانید وسایل پراکنده را سریعاً داخل آن بریزید. این کار به شما کمک می‌کند تا به سرعت فضا را مرتب کنید و بعداً در فرصتی مناسب، وسایل را به مکان‌های اصلی‌شان برگردانید. کمک گرفتن از خانواده: برای سریع‌تر انجام دادن کارها، از اعضای خانواده‌تان کمک بگیرید. با همکاری هم می‌توانید به راحتی و در کمترین زمان ممکن خانه را مرتب کنید. مثلاً می‌توانید فرزندان را در کارها مشارکت دهید. حتی اگر او کوچک باشد، می‌توانید از او بخواهید که اسباب‌بازی‌هایش را جمع کند یا کتاب‌ها را سرجای خود بگذارد. این کار نه تنها به شما کمک می‌کند، بلکه به فرزندان نیز مسئولیت‌پذیری را یاد می‌دهد. تمیز کردن سریع: برای تمیز کردن سریع، از دستمال مرطوب و اسپری خوشبوکننده استفاده کنید. این کارها را در عرض چند دقیقه انجام دهید تا فضای خانه تازه و مرتب به نظر برسد. فقط چیزهای ضروری: سعی کنید فقط وسایل ضروری و مورد نیاز را در خانه نگه دارید. هر چند وقت یک بار، وسایل اضافی را بررسی کرده و آن‌هایی که دیگر استفاده نمی‌کنید را اهدا کنید یا دور بریزید. زمان خود را اولویت‌بندی کنید: برای خود زمان مشخصی در نظر بگیرید که در آن بتوانید به کارهای خانه رسیدگی کنید. این زمان می‌تواند زمانی باشد که فرزندان خواب است یا مشغول بازی است. تمرکز بر مهمان: به یاد داشته باشید که مهمان شما برای دیدن شما آمده است، نه برای بررسی جزئیات خانه. پس نگران جزئیات نباشید و از وقت گذرانی با او لذت ببرید. با رعایت این نکات ساده، می‌توانید همیشه آماده پذیرایی از مهمان‌ها باشید و از لحظات خوب با آن‌ها بهره‌مند شوید.



کار باعث می‌شود فضا روشن‌تر و دلپذیرتر شود. عطر و بو: اگر دارید، یک شمع معطر روشن کنید یا اسپری خوشبو کننده بزنید تا فضای خانه بوی خوبی بگیرد. حتی می‌توانید از چند قطره روغن معطر در آب استفاده کنید و آن را در یک ظرف کوچک بگذارید. گل و گیاه: اگر گل یا گیاهی دارید، آن را در جایی قرار دهید که بیشتر دیده شود. گل‌ها حس شادی و طراوت را به فضا می‌آورند.

۶. بررسی نهایی (۲ دقیقه)

چک کردن کلی: قبل از اینکه مهمان‌ها بیایند، یک دور سریع در خانه بزنید و مطمئن شوید همه چیز مرتب است. تنظیم نهایی: اگر چیزی هنوز نامرتب است، آن را سریعاً در جای خود قرار دهید.

نکات تکمیلی برای مرتب نگه داشتن خانه

برنامه‌ریزی روزانه: هر شب قبل از خواب، چند دقیقه وقت بگذارید تا برای روز بعد برنامه‌ریزی کنید. این شامل کارهای ضروری مانند جمع‌آوری اسباب‌بازی‌ها یا تمیز کردن میزها است. با این

زندگی پرمشغله امروز باعث می‌شود که گاهی اوقات خانه‌مان به هم ریخته و نامرتب شود. اما نگران نباشید! اگر مهمانی به طور ناگهانی سر برسد، شما می‌توانید با چند ترفند ساده و کاربردی، به سرعت خانه‌تان را مرتب کنید. در ادامه نکاتی برای آماده‌سازی سریع فضای خانه آورده‌ایم تا به راحتی بتوانید آن را به وضعیت دلخواه برگردانید. به گزارش ایرنا زندگی، مرتب کردن خانه در زمان محدود نیازمند تمرکز و برنامه‌ریزی است. با تقسیم وظایف به مراحل ساده و قابل انجام، می‌توانید به سرعت به هدف خود برسید. از جمع‌آوری وسایل پراکنده گرفته تا ایجاد حس خوشایند در فضا، هر مرحله به شما کمک می‌کند تا به راحتی و بدون استرس خانه‌تان را آماده کنید. این راهنما نه تنها به شما اعتماد به نفس می‌دهد، بلکه به شما نشان می‌دهد که چگونه می‌توانید با حداقل زمان، حداکثر اثر را داشته باشید. در نهایت، هدف از مرتب کردن خانه فقط زیبایی ظاهری نیست، بلکه ایجاد فضایی آرام و دلپذیر برای خود و مهمان‌هاست. با رعایت نکات ساده‌ای که در این گزارش ارائه شده، شما می‌توانید به راحتی و با سرعت خانه‌تان را مرتب کنید و از مهمانی‌ها و دیدارهایتان لذت ببرید. پس با آرامش و اعتماد به نفس آماده پذیرایی از مهمان‌هایتان باشید.

۱. آماده‌سازی ذهنی

قبل از هر چیز، چند لحظه وقت بگذارید تا ذهن خود را آرام کنید. یک نفس عمیق بکشید و به خود بگویید که می‌توانید این کار را انجام دهید. هدف شما فقط مرتب کردن سریع است و نیازی نیست همه چیز به کمال برسد.

۲. جمع‌آوری وسایل پراکنده

وسایل را جمع کنید: به اتاق‌ها بروید و وسایل پراکنده مانند کتاب‌ها، لباس‌ها، اسباب‌بازی‌ها و هر چیزی که در جای خود نیست را جمع کنید. استفاده از سبد یا کیسه: یک سبد یا کیسه بزرگ بردارید و همه وسایل را در آن بیندازید. این کار به شما کمک می‌کند تا فضای خانه را سریع‌تر مرتب کنید.

۳. تمرکز بر نقاط کلیدی

اتاق نشیمن: اگر مهمان‌ها به اتاق نشیمن می‌آیند، اینجا

را اولویت قرار دهید. کوسن‌ها را مرتب کنید، میز قهوه‌خوری را تمیز کنید و هر چیزی که روی زمین است را جمع کنید. آشپزخانه: در آشپزخانه، ظرف‌های کثیف را به سینک منتقل کنید و سطح کار را تمیز کنید. اگر زمان دارید، می‌توانید یک چای یا قهوه برای مهمان‌ها آماده کنید. حمام: اگر مهمان‌ها به حمام می‌روند، حوله‌ها را مرتب کنید و هر چیزی که روی سینک است را جمع کنید. یک دستمال تمیز روی سینک بگذارید تا فضا مرتب‌تر به نظر برسد.

۴- مرتب‌سازی اتاق خواب (۲ دقیقه)

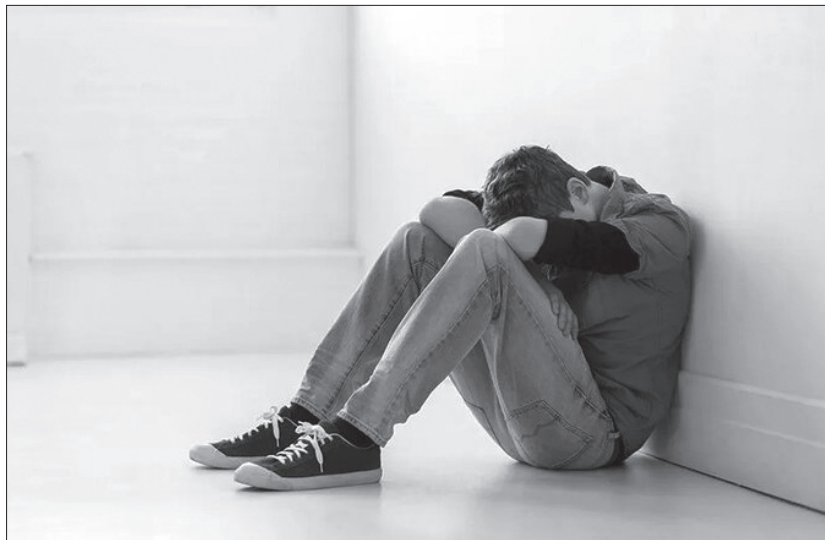
تخت‌خواب: اگر اتاق خواب مهمان‌ها هم مورد توجه است، تخت‌خواب را مرتب کنید و بالش‌ها را صاف کنید. لباس‌ها: لباس‌های پراکنده را جمع کنید و در کمد یا سبد لباس قرار دهید.

۵- ایجاد حس خوشایند (۳ دقیقه)

نورپردازی: چراغ‌ها را روشن کنید و در صورت امکان پرده‌ها را کنار بزنید تا نور طبیعی وارد شود. این

سکوت نوجوانان؛

پیام خاموش قضاوت‌های خانوادگی



خانواده‌ها می‌توانند با نوجوان فعالیت‌های مشترک متناسب با سن و علایق او داشته باشند؛ برای مثال اگر نوجوان علاقه‌مند به دیدن فیلم خاصی است که مورد علاقه والدین نیست، همراهی با او می‌تواند نشانه احترام به عقایدش باشد

به گفته مهسا ساداتی، روان‌شناس کودک و نوجوان، بسیاری از نوجوانان امروز از خانواده فاصله می‌گیرند زیرا احساس می‌کنند هر کلمه‌شان زیر ذره‌بین والدین قرار دارد و مورد قضاوت و سرزنش قرار می‌گیرند. این احساس، سکوت یا حتی پرخاشگری نوجوانان را تقویت و ارتباط خانوادگی را تضعیف می‌کند. به گزارش ایرنازندگی، در خانه‌های امروز، نوجوانان گاه از جمع خانواده فاصله می‌گیرند؛ برخی ساعت‌ها در اتاق خود تنها می‌مانند، با دوستان مجازی وقت می‌گذرانند یا در دنیای بازی‌های آنلاین غرق می‌شوند و حتی کنار میز غذا حاضر نمی‌شوند. برخی دیگر پرخاشگری و خشم شدیدی نشان می‌دهند و کوچک‌ترین تعامل با والدین به چالشی جدی تبدیل می‌شود. این رفتارها نه تنها ارتباط خانواده و نوجوان را خدشه‌دار می‌کند، بلکه مهارت‌های گفت‌وگو، حل مسئله و مدیریت هیجان نوجوان را تحت تأثیر قرار می‌دهد و می‌تواند پیامدهایی بلندمدت برای زندگی اجتماعی و شغلی او داشته باشد. در این خصوص، به گفت‌وگو با مهسا ساداتی، روان‌شناس کودک و نوجوان، پرداختیم تا دلایل فاصله گرفتن نوجوانان از خانواده و راهکارهای ایجاد فضای امن برای گفت‌وگو با آنها را بررسی کنیم.

تفاوت‌های نسلی و افت انگیزه در نوجوانان امروز

دکتر مهسا ساداتی، روان‌شناس کودک و نوجوان، با اشاره به تفاوت‌های نسلی میان نوجوانان امروز و نسل‌های گذشته می‌گوید: نوجوانان نسل جدید در شرایط متفاوتی رشد کرده‌اند و تفاوت‌هایی با نسل‌های پیشین دارند. ارتباط‌گیری نسل گذشته تا حدی متأثر از زندگی در خانواده‌های پرجمعیت‌تر و شرایط اجتماعی خاص آن دوره بوده است، در حالی که نوجوانان امروز به دلیل شرایط اجتماعی و اقتصادی موجود، ممکن است خلق‌پایین‌تر، رضایت کمتر از زندگی و انگیزه‌های ضعیف‌تری داشته باشند. به گفته او، این تفاوت‌ها گاهی باعث می‌شود نوجوانان احساس کنند مورد پذیرش والدین قرار نمی‌گیرند و به همین دلیل از ورود به جمع خانواده یا تعامل با والدین خودداری می‌کنند. نوجوانان به دلیل ترس از قضاوت و تنبیه، از بیان احساسات و مشکلات خود به خانواده دوری می‌کنند. او تأکید می‌کند: این مسئله الزاماً از سوی نوجوانان ایجاد نمی‌شود، بلکه در بسیاری از موارد ریشه در رفتار و شیوه مواجهه والدین دارد. والدین گاهی نمی‌توانند فضای امن و پذیرا برای نوجوان فراهم کنند تا او تمایل به حضور در جمع خانواده و گفت‌وگو داشته باشد. ساداتی توضیح می‌دهد: نوجوانان در بسیاری از موارد هنگام بیان اعتقادات، عقاید، روابط و دوستی‌های خود با واکنش‌های تند خانواده مواجه می‌شوند و همین تجربه‌های منفی

باعث می‌شود تصمیم بگیرند وارد جمع خانواده نشوند، صحبت نکنند و ارتباط کمتری برقرار کنند. ساداتی درباره اثرات سکوت طولانی نوجوانان در خانواده می‌گوید: وقتی نوجوان از سوی خانواده پذیرفته نشود و وارد فاز سکوت شود، در واقع به مرحله‌ای از تسلیم می‌رسد و دیگر تمایلی به برقراری ارتباط ندارد. نوجوان در این وضعیت احساس می‌کند هیچ‌کس شبیه او نیست و سطح مقاومتش آن‌قدر افزایش می‌یابد که ترجیح می‌دهد هیچ چیز درباره خود در خانواده مطرح نکند. برخی خانواده‌ها سکوت نوجوان را نشانه آرامش می‌دانند، اما این سکوت آسیب‌های فردی زیادی به همراه دارد. او تأکید می‌کند: نخستین پیامد این وضعیت، آسیب به مهارت حل مسئله و گفت‌وگو در نوجوان است. اگر چنین نوجوانی در آینده در موقعیت‌های مدیریتی یا نقش‌های بزرگ‌تر قرار گیرد، بدون گفت‌وگو و تعامل، کار خود را انجام می‌دهد؛ زیرا مهارت حل مسئله و گفت‌وگو در او پرورش نیافته است. از سوی دیگر، اگر در جایگاه شغلی پایین‌تری قرار داشته باشد، ناچاراً هر آنچه به او گفته می‌شود را می‌پذیرد و باز هم توان گفت‌وگو و حل مسئله را نخواهد داشت، زیرا همواره تصور می‌کند در گفت‌وگو مورد پذیرش قرار نمی‌گیرد و صحبت کردن منجر به سرکوب می‌شود. این روان‌شناس کودک و نوجوان خاطر نشان می‌کند: برخی خانواده‌ها از سکوت نوجوان خود ناراضی نیستند و حتی آن را نشانه کم‌دردر بودن می‌دانند

و می‌گویند نوجوان افسرده نیست یا به خود آسیب نزده و برای دیگران مشکلی ایجاد نمی‌کند، اما آسیب‌های فردی این سکوت بسیار گسترده است. ساداتی تأکید می‌کند: خانواده باید خود را به علایق نوجوان نزدیک کند تا فرصت صحبت کردن و ارتباط برای او فراهم شود. ساداتی درباره ایجاد فضای امن برای گفت‌وگو نوجوان با خانواده می‌گوید: در گفت‌وگو با نوجوانان باید گفت‌وگو بدون ارزیابی داشته باشیم. بسیاری از والدین می‌گویند نوجوان با دیگران به‌خوبی صحبت می‌کند اما با خانواده ارتباط نمی‌گیرد و این مسئله به دلیل احساس قضاوت شدن است. ساداتی توضیح می‌دهد که وقتی نوجوان احساس کند هر کلمه‌ای که می‌گوید توسط والدین ارزیابی و قضاوت می‌شود، گارد می‌گیرد و تمایلی به ارتباط نشان نمی‌دهد. او با اشاره به زبان و واژگان مورد استفاده نوجوانان بیان می‌کند: نوجوانان به دلیل شرایط سنی خود از واژگان خاصی استفاده می‌کنند که در دوره سنی آنان رایج و به‌روز است و بسیاری از خانواده‌ها نسبت به این الفاظ حساسیت نشان می‌دهند و می‌گویند چنین گفتاری در خانواده ما پذیرفته نیست. ساداتی تأکید می‌کند که نوجوانان در گفتار خود از همسالان پیروی می‌کنند نه از خانواده و این مرحله گذراست و گفتار آنان در آینده به حالت عادی بازمی‌گردد. این روان‌شناس کودک و نوجوان درباره بیان عقاید نوجوانان می‌گوید: نوجوانان

درباره عقاید خود، از جمله عقاید جنسیتی یا پذیرش برخی گروه‌ها و رفتارها صحبت می‌کنند و معمولاً با برخورد بسیار تند خانواده مواجه می‌شوند. این موضوع ناشی از تغییرات دوران بلوغ است و خانواده‌ها نباید نسبت به آن نگران باشند، بلکه باید ابتدا یاد بگیرند گفت‌وگو بدون قضاوت داشته باشند و اجازه دهند نوجوان صحبت کند. ساداتی خاطر نشان می‌کند: برخی والدین تصور می‌کنند چون نوجوان برخی حرف‌ها را می‌زند یا رفتارهایی انجام می‌دهد، احترام والدین را نگه نمی‌دارد و این مسئله را با سبک تربیتی نسل گذشته مقایسه می‌کنند. او تأکید می‌کند که آن دوره گذشته است و خانواده‌ها باید بپذیرند که نسل نوجوان تغییر کرده و نباید آنان را بیش از حد تحت فشار قرار داد. او می‌گوید: خانواده‌ها می‌توانند با نوجوان فعالیت‌های مشترک متناسب با سن و علایق او داشته باشند؛ برای مثال اگر نوجوان علاقه‌مند به دیدن فیلم خاصی است که مورد علاقه والدین نیست، همراهی با او می‌تواند نشانه احترام به عقایدش باشد. پذیرش نوجوان لزوماً فقط در گفت‌وگو شکل نمی‌گیرد و نوجوان باید در رفتار خانواده نیز احترام به عقاید خود را احساس کند. ساداتی درباره نشانه‌هایی که نشان می‌دهد فاصله نوجوان با خانواده جدی است و نیاز به مشاوره دارد، می‌گوید: دو حالت اتفاق می‌افتد؛ یا نوجوان وارد جمع خانواده نمی‌شود و اصلاً با خانواده ارتباط نمی‌گیرد. این ارتباط نگرفتن می‌تواند به شکل‌های مختلفی بروز کند؛ مثلاً نوجوان دائم در اتاقش باشد، دائم در فضای مجازی با دوستانش باشد یا در بازی‌های کامپیوتری با دیگران ارتباط برقرار کند و با خانواده حرف نزند. وقتی حتی برای صرف غذا یا یک ساعت کوتاه هم این حضور دیده نشود، این مسئله بسیار شدید است. او ادامه می‌دهد: حالت دوم این است که نوجوان درون‌ریزی ندارد ولی برون‌ریزی‌های بسیار شدیدی نسبت به خانواده دارد؛ خشم و پرخاشگری شدید نسبت به پدر و مادر و حتی هر کسی که برای او محیط امنی است، مثل خاله، دایی یا عمو. در هر جمعی که حضور دارد، پرخاشگری نشان می‌دهد و حداقل روزی یکی دو بار در خانه وارد چالش‌های بسیار شدید می‌شود. کنترل خشم ندارد و در رفتارهایش نشانه‌های اضطراب دیده می‌شود؛ مثلاً حالتش بد می‌شود یا کف دستش عرق می‌کند. ساداتی تأکید می‌کند: این چند مورد نشان می‌دهد که خانواده حتماً باید با یک مشاور صحبت کنند. دوره نوجوانی به دلیل تغییرات هورمونی و شرایط ویژه آن دوره، دوره‌ای سخت است و به نظر من برای خانواده‌ها خوب است تحت نظر یک مشاور باشند تا اگر مشکلی پیش آمد، بتوانند به آنها کمک کنند و شناخت کافی از وضعیت نوجوان داشته باشند.