

بسم الله الرحمن الرحيم

طلوع ربه

خلاصه

دوره

آشنایی با دوره طلوع | طلوع پسران |

این کتاب در راستای مشارکت های بین بخشی، توسط معاونت آموزش نهضت سوادآموزی و معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی مشهد، با پشتیبانی دکتر سید محمد جواد پریزاده، دکتر غلامحسین خدایی، دکتر ایرج صابری فردوسید مصباح عاملی تهیه و تدوین شده است.

معاونت بهداشتی
دانشگاه علوم پزشکی
خراسان

معاونت آموزش
نهضت سوادآموزی
خراسان

ابهامی . مهدی . ۱۳۴۱ -
طلوع زندگی : آشنایی با دوره بلوغ پسران / مهدی ابهامی -
مشهد: نیکبخت، ۱۳۸۳.
۲۷ ص. : مصور (رنگی).
ISBN: 964 - 7690 - 12 - 6
فهرست نویسی بر اساس اطلاعات فیبا.
۱. بلوغ ۲. پسران -- بهداشت ۳. نوجوانان -- بهداشت.
الف. عنوان
ط ۸ ط ۲ الف / ۴ / QP۸۴
کتابخانه ملی ایران
۶۱۲/۶۶۱
م ۸۳-۳۲۹۰۸

اَكْرَهَ نَفْسِكَ عَلَى الْفَضَائِلِ فَإِنَّ الرِّذَائِلَ أَفْتٌ مَطْبُوعٌ عَلَيْهَا
نفس خود را به خوبی ها وادار کن، زیرا نفس تو به بدی ها میل دارد.
حضرت امیرالمؤمنین علی (ع)



شناسنامه کتاب

عنوان : طلوع زندگی «آشنایی با دوره بلوغ (بلوغ پسران)»

نویسنده: مهدی ابهامی

ناشر : انتشارات نیکبخت ۰۵۱۱-۶۰۲۲۶۵۸

ساده نویس : محمد سعادت مند

ویراستار: مهدی احمد پور، محمد سعادت مند

ویرایش فنی : میترا هاشمیان، مهین دخت محمدی گل

ناظر فنی : سکینه صفاییان ، دکتر محمد باقر گلکار

بازنگری : سوسن و سمانه ابهامی

تصویر گر و صفحه آرا : محمد علی صادق زاده

نوبت چاپ: زمستان ۱۳۸۳

شمارگان: ۵۰۰ جلد

شابک: ۹۶۴-۷۶۹۰-۱۲-۶

کلیه حقوق این اثر متعلق به نهضت سوادآموزی است.

مقدمه

خداوند انسان را زیبا و کامل آفرید و برای رشد و خوشبختی او مراحل مختلفی را قرارداد. این مراحل از نوزادی شروع و به کهنسالی ختم می‌شود.

هر یک از این دوره‌ها در جای خود با اهمیت است، ولی دوره بلوغ یکی از مهمترین و حساس ترین مراحل است، چون آینده فرد در این دوره ساخته می‌شود. بنابراین باید به ویژگی‌های این دوره توجه کرد. جمعیت کشور ما، یک جمعیت جوان است، بدین ترتیب از هر ۱۰۰ نفر ۲۵ نفر در گروه سنی ۱۰ تا ۱۹ سال قرار دارند، بنابراین باید برای آینده این افراد که آینده‌سازان کشور هستند برنامه‌ریزی کرد. حضرت علی (ع) می‌فرمایند:

((دل نوجوان مانند زمین خالی از گیاه است. هر بذری که در آن کاشته شود می‌پذیرد و رشد می‌دهد.))

شروع نوجوانی با تحولات جسمی و روحی فراوانی همراه است، لذا باید به مسایل بهداشتی این دوره توجه زیادی نمود. در این کتاب مسایل قبل از بلوغ، بلوغ و بعد از آن به زبان ساده بیان شده است.

امید است با خواندن و عمل به آن بتوان بحران‌های این دوره را کاهش داد.

مهدی ابهامی

روزهای اول فصل پاییز بود. برگ درختان به رنگ‌های زیبایی درآمده بود. گرمای تابستان جایش را به هوای خنک و دلپذیر پاییز داده بود. من ساکت و آرام به مطالعه و درس مشغول بودم. آرامش خوبی داشتم، خوب بازی می‌کردم، خوب درس می‌خواندم و نمره‌های خوبی هم می‌گرفتم.

✓ بعد از مدتی کم‌کم رفتارم دچار تغییر شد؛ به قول بعضی‌ها وارد فاز منفی بافی شدم. از هم‌کلاسی‌ها، افراد خانواده، دوستان و همسن و سال‌های خودم کناره‌گیری می‌کردم. بیشتر وقت‌ها به تنهایی می‌گذشت. بعضی وقت‌ها خیالپردازی می‌کردم. رفتارم تغییر کرده بود؛ به طوری که گاهی با دیگران دعوا می‌کردم!