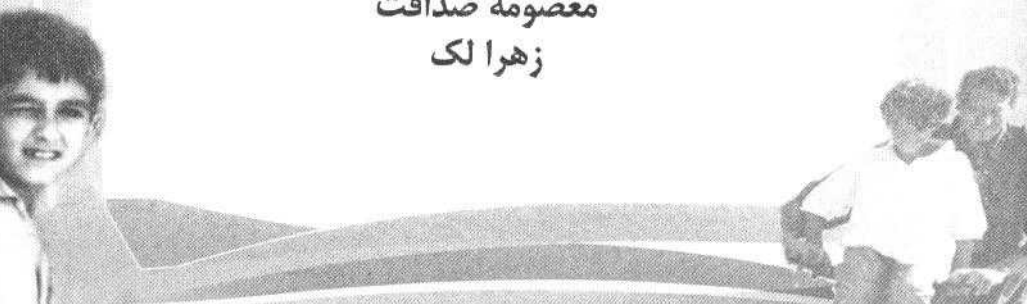


من و مادر از من

معصومه صداقت
زهرا لک



سرشناسه	صدافت، معصومه، ۱۳۵۸ -
عنوان و نام پدیدآور	من و نوجوان من / مولفین زهرا لک، معصومه صدافت؛ ویراستار محمود حبیب‌الهی.
مشخصات نشر	قم: ابتکار دانش، ۱۳۹۲.
مشخصات ظاهری	۹۶ ص: مصور؛ ۲۱.۵/۱۴ س.م.
شابک	۹۷۸-۶۰۰-۱۱۱-۳۴۳-۷
وضعیت فهرست نویسی	فیا
موضوع	نوجوانان -- روان‌شناسی
موضوع	نوجوانان -- راه و رسم زندگی
موضوع	نوجوانی
شناسه افزوده	لک، زهرا، ۱۳۶۵ -، نویسنده همکار
شناسه افزوده	حبیب‌الهی، محمود، ۱۳۶۶ -، ویراستار
رده بندی کنگره	BF۷۲۴/۸م۸ ۱۳۹۲
رده بندی دیویی	۱۵۵/۵
شماره کتابشناسی ملی	۳۱۱۵۰۶۱



ناشر بزرگ‌برده سوین دوره چشواره کامل اول (ادبیات، ریاضیه، علوم، هنر، ورزش) سازنده (۱۳۹۰) دوره کتاب فصل، و کتاب منتخب چشواره رشد

● من و نوجوان من

◆ معصومه صدافت، زهرا لک

□ ویراستار: محمود حبیب‌الهی

□ ناشر: ابتکار دانش

□ ناظر چاپ: مسعود حبیب‌الهی

□ لیتوگرافی: ترام اسکندر

□ نوبت چاپ: اول، ۱۳۹۴

□ شمارگان: ۱۰۰۰ جلد

□ قیمت: ۵۰۰۰ تومان

□ شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۱۱۱-۳۴۳-۷

ISBN 978-600-111-343-7

مرکز پخش:

تلفن: ۰۲۵-۳۷۷۴۶۵۶۷

قسم: خیابان صفاییه، کوچه ۲۸، ک جلال‌زاده، فرعی اول، پلاک ۶۹

WWW . Ebtokardanesh.com & Email: Ebtokardanesh@yahoo.com

کلیه حقوق این اثر برای ناشر محفوظ است.

فهرست مطالب

۱. مقدمه:	۹
۲-۱. گذار نوجوانی:	۹
مسائل نوجوان در رابطه با ارزش‌ها و شخصیت	۱۱
مسائل شخصیت:	۱۱
مسائل مربوط به موقعیت اجتماعی:	۱۳
هویت‌یابی فرآیندی در جهت کسب صفات شخصیت و ارزش‌ها:	۱۴
تفاوت مسیر تشکیل هویت در پسران و دختران:	۱۵
چهار وضعیت هویت و رابطه آن با کسب ارزش‌ها در نوجوانان:	۱۶
۲-۴. مراحل شکل‌گیری شخصیت در نوجوان:	۱۷
مرحله پیش نوجوانی:	۱۸
۲- مرحله در خود فرو رفتن:	۱۸
۳- مرحله از خود برون آمدن:	۱۸
رشد اجتماعی نوجوان:	۱۸
۲-۶. نیازهای نوجوان برای بهره‌مندی از رشد و تکامل اجتماعی مطلوب:	۱۹
پذیرش اجتماعی و تاثیر آن بر نوجوان:	۲۰
بررسی‌های محققین:	۲۰
معیارهای پذیرش اجتماعی در نوجوانان:	۲۱
شایستگی اجتماعی:	۲۱

- ۲۱ مهارت‌های اجتماعی:
- ۲۱ ۳- محبوبیت اجتماعی:
- ۲۱ روابط اجتماعی:
- ۲۲ ویژگی‌های روابط دوستی نوجوانان:
- ۲۲ تفاوت‌های جنسیتی در روابط دوستی نوجوانان:
- ۲۵ ۱۰-۲. پیرامونی از همسالان:
- ۲۶ نقش برجسته‌ی شخصیت در تعاملات اجتماعی:
- ۲۶ ماهیت شخصیت:
- ۲۷ نوجوان یک بزرگسال است:
- ۳۳ اصول روان‌شناسی رشد:
- ۳۵ محیط:
- ۳۵ الف: عوامل محیطی پیش از تولد:
- ۳۷ ب: عوامل محیطی پس از تولد:
- ۴۹ مرحله تقلید از پسران:
- ۵۰ رشد شخصیت در دوران بلوغ:
- ۵۱ نظریه‌های مربوط به رشد شخصیت در دوران نوجوانی:
- ۵۳ تاثیر اختلافات خانوادگی روی نوجوانان:
- ۵۳ نگرش‌ها و رفتار والدین:
- ۵۱ انتظارات نوجوانان از والدین:
- ۵۵ اخلاق نوجوانان بازتابی از رفتار والدین است:
- ۵۷ علل بوجود آمدن اختلافات خانوادگی:
- ۵۹ تاثیر اختلافات خانوادگی در نوجوان:
- ۶۲ مسئله‌ی طلاق و فرزندان:
- ۶۲ تاثیر اختلافات روی شخصیت نوجوانان:

- ارتباط اختلافات با بزهکاری ۶۴
- خانواده خوب و سالم از دیدگاه کودکان و نوجوانان چه ویژگی‌هایی دارد ۶۵
- چه کنیم تا کودکان و نوجوانان به حرف بزرگترها گوش دهند ۶۵
- خلاصه و نتیجه گیری ۶۶
- نحوه رفتار با فرزندان در سن بلوغ ۶۷
- دکتر صبیح دوران بلوغ ۶۸
- لحاجت ۶۹
- نکاتی برای تربیت بهتر فرزندان در دوران نوجوانی ۷۰
- آگاهی سرپرست را افزایش دهید ۷۰
- خیلی زود در مورد سن بلوغ با او صحبت کنید ۷۱
- آیا گاهی اوقات بدون دلیل احساس ناراحتی می‌کنی؟ ۷۱
- خودتان را جای او بگذارید ۷۲
- انتظارات خود را ثابت نگه دارید ۷۲
- به او آگاهی بدهید و خودتان نیز اطلاعات جدید داشته باشید ۷۲
- با علائم خطر آشنا شوید ۷۳
- به تنهایی او احترام بگذارید ۷۴
- بینید چه چیزی می‌خواند و نگاه می‌کند ۷۴
- قوانین منطقی تعیین کنید ۷۵
- آیا این دوران تمام شدنی است؟ ۷۵
- ده موضوعی که نوجوانان شما هیچ گاه به شما نخواهند گفت ۷۵
- نوجوانان به تنهایی نیاز دارند ۷۶
- تنها چیزی که از شما انتظار دارد این است که به حرف او گوش دهید ۷۶
- علی رغم مخالفت شدید شما، شاید فرزند نوجوان شما دوست داشته باشد ۷۷
- دوستی از جنس مخالف داشته باشد ۷۷

- کودک شما همیشه نمی تواند در درس های خود، نمره خوب بگیرد. ۷۷
- معمولاً نوجوانان دوست ندارند با آنها درباره روابط جنسی صحبت کنید. ۷۷
- از اینکه شما مسئولیت کارهای فرزند کوچک تر خود را به عهده نمی گیرید، فرزند نوجوان شما عصبی و ناراحت می شود. ۷۸
- نوجوان شما دوست دارد در خانه آرامش برقرار باشد. ۷۸
- گاهی فرزند شما برای فرار از ایجاد مشکل، دروغ می گویند. ۷۹
- از اینکه توقع بیشتری از سن او داشته باشید، ناراحت می شوند. ۷۹
- نوجوانان ما دوست دارند به آنها اعتماد کنید. ۷۹
- ۱۷ راهکار برای مشکلات نوجوانان. ۸۰
- کشمکش بین استقلال و وابستگی. ۸۳
- طغیان علیه مراجع. ۸۳
- هویت فردی. ۸۴
- چگونگی ارضاء نیازهای جدید (جنسی). ۸۵
- عدم کنترل بر رفتار و هیجانات ناشی از تحولات جسمی و روانی دوران بلوغ. ۸۵
- ترس از آینده. ۸۶
- تعارض بین خواسته های والدین و گروه همسالان. ۸۷
- ترس و اضطراب. ۸۷
- به هم ریختگی ارتباط با دیگران. ۸۷
- دلهره های نوجوانی. ۸۷
- چرا نوجوانان کتاب های ترسناک و دلهره آور را دوست دارند؟. ۸۷
- روانشناس را فرا بخوانید اگر: ۹۶