

نیازهای نوجوانان

تقدیم به جوانان عزیزی که می‌خواهند در راه رُشد و معرفت قدم بردارند تا از تنهایی برون آیند.
مانند فرزندان خوبم پدرام و نوید که با رفتارهای هوشیارانه راه تربیت و تعالی را به زیبایی پیموده‌اند.

نوشته:

غلامحسین فرد اصفهانی

فهرست نویسی پیش از انتشار کتابخانه ملی جمهوری اسلامی ایران

فرد اصفهانی، غلامحسین، ۱۳۳۰ -

نیازهای نوجوانان / نویسنده غلامحسین فرد اصفهانی -- تهران: چالش،

۱۳۸۴.

هشت، ۲۷۲ ص.

ISBN : 964-90870-1-x

فهرست نویسی براساس اطلاعات فیبا.

۱. نوجوانان -- روانشناسی. ۲. نوجوانان -- راه و رسم زندگی. ۳. والدین و

نوجوانان. الف. عنوان.

۱۵۵/۵

ن ۴ ف / ۷۲۳ BF

۱۳۸۴

۱۹۷۰۰-۸۳ م

کتابخانه ملی ایران

محل نگهداری:



نشر چالش

نیازهای نوجوانان

غلامحسین فرد اصفهانی

طرح جلد: شهرزاد فلسفی

امور فنی و هنری: سازمان پژوهش

لیتوگرافی، چاپ و صحافی: فرشپوه

چاپ اول: زمستان ۱۳۸۴

شمارگان: ۱۵۰۰ نسخه

ISBN: 964-90870-1-x

شابک: x-۱-۹۰۸۷۰-۹۶۴

نشر چالش: تهران، خیابان انقلاب، خ شهید منیری جاوید، شماره ۱۷۷، واحد ۶

تلفن: ۶۶۴۱۴۶۱۰

حق چاپ محفوظ است.

قیمت: ۲۵۰۰ تومان

فهرست مطالب

مقدمه	هفت
۱. یک تعریف از زندگی	۱
۲. تعریف خانواده	۱۲
۳. تعریف نوجوان	۱۷
۴. شناخت از خود	۳۲
۵. همانندسازی	۵۵
۶. چرا خانواده‌ها، ما را باور ندارند؟	۶۰
۷. چرا بعضی از ما جوانان، کم حوصله هستیم؟	۶۴
۸. چرا در ما میل به گناه زیاد می‌شود؟	۶۸
۹. چرا در بین جوانان، استمناء وجود دارد؟	۷۶
۱۰. چرا افت تحصیلی پیدا می‌کنیم؟	۸۰
۱۱. چرا در موقع امتحان دچار اضطراب می‌شویم؟	۹۳
۱۲. چرا ما نوجوانان، تمرکز حواس نداریم؟	۹۹
۱۳. چرا ما نوجوانان، به سوی غیرهم جنس کشیده می‌شویم؟	۱۰۴
۱۴. رابطه ما با غیرهم جنس چگونه باید باشد؟	۱۰۹
۱۵. چگونه می‌شود با دیگران ارتباط برقرار کرد؟	۱۱۵

۱۶. در مورد دوست‌یابی، نظر شما چیست؟ و بهترین دوست برای یک نوجوان کیست؟ ۱۲۴
۱۷. مشکل کم‌رویی را چگونه حل کنیم؟ ۱۳۰
۱۸. چرا برای خورد و خوراک، از ما ایراد می‌گیرند؟ ۱۴۰
۱۹. چکار کنیم، تا تشبه نشویم؟ ۱۴۴
۲۰. چکار کنیم، تا در منزل مشکل نداشته باشیم؟ ۱۵۵
۲۱. چگونه می‌توان با خانواده ارتباط دوستانه برقرار کرد؟ ۱۶۲
۲۲. چگونه می‌توانیم شاگرد خوبی برای مدرسه، و دوست خوبی برای دوستانمان باشیم؟ ۱۶۶
۲۳. در چه مواردی می‌توانیم از پدر و مادر، پیروی کنیم؟ ۱۷۰
۲۴. چه مقدار می‌شود با پدر و مادر بحث کرد؟ ۱۷۲
۲۵. چقدر می‌توان مطیع خانواده بود؟ ۱۷۵
۲۶. سرخوردگی‌هایمان را به چه کسی بگوییم؟ ۱۷۸
۲۷. چگونه باید درس خواند؟ ۱۸۳
۲۸. تنبلی در نوجوان! ۱۸۷
۲۹. رابطه دانش‌آموز با معلم ۱۹۰
۳۰. ترس و شناخت از آن ۱۹۴
۳۱. دوران شکل‌گیری شخصیت و بلوغ ۲۰۲
۳۲. پاسخ چند سؤال دیگر ۲۰۹
۳۳. مخفی‌کاری ۲۱۵
۳۴. تضاد فرهنگی در جامعه ۲۲۰
۳۵. شناخت رؤیای جوان در فرهنگ خانواده ۲۲۸
۳۶. ایجاد درآمد ۲۴۴

۲۵۱		۳۷. بحران در نوجوان
۲۵۵		بحران اعتیاد
۲۵۸		مشکلات و بحران در افت تحصیلی
۲۵۹		بحران در کانون خانواده
۲۵۹		بحران تصادفات
۲۶۰		بحران‌های روحی روان
۲۶۱		بحران‌های جنسی
۲۶۵		بحران سربازی
۲۶۷		۳۸. چرا خانواده‌ها ما را زود شوهر می‌دهند؟
۲۶۹		لج‌بازی در دخترها
۲۷۱		۳۹. سخنی با دوست

تا آنجا که من می‌دانم، بشر والا، می‌خواهد به هم‌نوع خود کمک کند، و تا جایی که عقل سلیم و اخلاق پاک به او اجازه می‌دهد، به چراغ هدایت تبدیل شود و راه را به رهروانی که از پشت سر می‌آیند، نشان دهد، تا آنها نیز به تکامل برسند و به عقب‌سری‌های خود بگویند در مسیر این‌گونه خطرات و حوادث، ما را از هدف دور می‌کرده؛ و مواظب باشید تا شما را خسته و درمانده به کنار چاهی از تباهی و سیاهی نکشاند. البته اگر راهبانی پیدا نشود، به اعمال چاه کشیده می‌شویم. این‌ها به‌سامانی روحی بشر امروز از سرخوردگی‌های رفتاری بین آدم‌ها و از طریق هم‌نوع می‌باشد، که ما را در اسارت نبود عاطفه نگه می‌دارند و ضربه‌های سختی را وارد می‌کنند. البته تمام اینها به‌امر خداوند نموده سرنوشت ما را رقم می‌زند، که البته آن خود بحثی دیگر دارد. حالا اگر

آگاهی بیشتری داشته باشیم بیشتر موفق خواهیم شد، و باید بدانیم برای اینکه آگاهی ما رشد بیشتر پیدا کند باید به اجرای دستورات دینی بپردازیم و مسئولیت سازندگی را از خود شروع کنیم تا خداوند از طریق آن دین که سنت و قومیت ما را به جریان انداخته، پاداش و مزد نیکو پرداخت نماید. بشر تنوع طلب، برای هر نوع کام‌گیری، هم‌نوع خود را سخت به اشتباه می‌کشانند و همین امر باعث می‌شود رقم پُر‌باری بر سرنوشت ما بزند. این حقیقت که آیا خداوند وجود دارد یا نه، مثل جرقه‌هایی به ذهن هر انسان ذی‌شعور زده می‌شود. حالا اگر با جهان‌بینی بیشتری آن هم با خلوص نیت از طریق ارتباط با دستگاه پُر عظمت الهی اطلاع‌گیری شود، که البته اگر ما از بدبینی کمتری برخوردار باشیم راحت‌تر به نتیجه می‌رسیم و از حقایق کنار خود درس‌های عبرت‌آموز بیشتری خواهیم گرفت. هر قدر ما به نابه‌سامانی فکری و تزلزل عقیده دچار شویم، ناباوری‌هایمان زیاده‌تر خواهد شد و کنار عقده‌های سرخورده شده دوران تربیت کودکی و دلخوری‌های تثبیت‌شده در گوشه‌ای تن‌ها خواهیم ماند و راه بیرون آمدن از افسردگی را گم خواهیم کرد، و از همین‌جا، تهاجم فرهنگی بیم ما و ارزش گذرا به وجود می‌آید. که هر اندازه آسیب تربیتی در ما بیشتر باشد، سرخوردگی و پس زدن فرهنگ و ملیت و قومیت‌مان بیشتر خواهد شد؛ و همین پس زدن اعتقادات و باورهای جمعی و پیوندی بین ما انسان‌ها، رفته‌رفته در ما کمرنگ می‌شود تا جایی که ضدارزش‌ها بزرگ می‌شوند، و همچنان این عقده‌های به‌دل‌مانده، آنقدر در

صندوق خانه ذهن ما می ماند تا بزرگ می گردد و روزی زورش را به حریف پیر شده (پدر، مادر، و جامعه) نشان خواهد داد و انتقام سختی هم از آنها خواهد گرفت. در این مرحله، او دیگر به آیین دینی حاکم در آن خانواده پشت خواهد کرد و فقط از خود یک تصویر دروغ، نشان اربابان خواهند داد، و از روی ترس و یا هوشیاری، خود را به چیز دیگری مسلح می کنند تا راه فرار داشته باشد. می خواهم بگویم همین سرخوردگی به ما این باور را می دهد که چون ظلم هست خدایی وجود ندارد، اما فرزند سرخورده دیروز ما که امروز وجود خدا را انکار می کند، نمی داند که نفس در وجود انسان ها بازی بدی را طی می کند، و در این حالت، چه بسا کسانی باشند که این را به حساب دین می گذارند. این بحث را من در همین جا به پایان می رسانم و در فهرست دین و ایمان به آن خواهم پرداخت. پس من می خواهم بنا به آنچه خداوند مرا تربیت نموده برایتان پیامی داشته باشم تا شما راهتان سبک و پُر بارتر گردد.

نتیجه اینکه من در طول ۱۶ سال خدمت در انجمن اولیا و مربیان، توانستم با شما نوجوانان ارتباط فکری برقرار کنم و به نیازهای روحی شما در کلاس ها پی ببرم و با پاسخ های مختصر به سئوال های گفته شده، به نیازهای روحی شما جواب مثبتی داده باشم. و حال می خواهم به آن نیروهای بازدارنده سازندگی در شما کمی اشاره کنم، تا شما خود بهتر از دیگری، با در دست گرفتن ساختار شخصیتی خود، اقدام کنید و به سعادت و کمال انسانی برسید، و با دریافت اطلاعات بیشتر،

مشکلات روحی خود را درمان کنید و جزو رستگاران عالم قرار گیرید. تا یادم نرفته بگویم شما تا چند وقت دیگر، خود تشکیل خانواده خواهید داد و پس از آن، تولیدی به نام کودک خواهید داشت که حتماً باید کمبودهای روحی را، هم در خود حل کرد، و هم در همسر، و هم برای فرزند خود باقی نگذارید؛ و ضروری است که حتماً کتاب کودک زیربنای هستی را مطالعه بفرمایید تا این روند کامل گردد. خواندن کتاب والد و مربی نیز مکمل آن خواهد بود.

عزیزان من! خودسازی، بزرگترین عبادت می باشد، و بعد پذیرش مسئولیت در مقابل ناکامی های دیگران، خود عبادت دیگری است؛ که تلاش بیشتر، پیروزی بیشتر را به همراه خواهد داشت. موفق باشید.

غلامحسین فرد اصفهانی