

"بسم الله الرحمن الرحيم"

نوجوانی ، سن پر تنش

(آنچه پدر و مادرها باید بخوانند)

علیرضا یعقوبی

انتشارات سیمرغ خراسان

۱۳۹۲

سرشناسه: علیرضا یعقوبی / ۱۳۴۹
عنوان: نام پدیدآورنده: نوجوانی، سن پرورش / علیرضا یعقوبی

نشر: انتشارات سیمرغ خراسان / مشهد ۱۳۹۲

شابک: ۳-۱-۹۰۲۵۲-۹۰۶۰۰-۹۷۸

مشخصات ظاهری: ۱۰۴ص

ضمیمت فهرس نویسی: فیبا

موضوع: روانشناسی

رده: کنگره: ۱۳۹۲ ج ۷۵ س ۲/۲۵۳bp

ردیف دیویی: ۶۵۳/۲۹۷

شماره کتابشناختی: ۱۹۳۴۲۶۴

مشهد - بلوار هیئت ۲/۲ - لاک ۳۷ انتشارات سیمرغ خراسان ۰۹۱۵۷۰۰۱۰۳۰

www.simgor.khorasan.ir

نام کتاب: نوجوانی، سن پرورش

مولف: علیرضا یعقوبی

ناشر: انتشارات سیمرغ خراسان

ویراستار: محمد نوری

تایپ و صفحه آرایی: سمانه نیک اختر

طراح جلد: مهدیه نخعی زینلی

قطع: رقعی چاپ اول ۱۳۹۲

تیراژ: ۱۰۰۰

شابک: ۳-۱-۹۰۲۵۲-۹۰۶۰۰-۹۷۸

قیمت: ۴۵۰۰۰ ریال

فهرست مطالب

۶	۱- مقدمه
۹	۲- نوجوان و بلوغ
۱۱	۳- عواطف و رفتار
۱۲	۴- انواع واکنش های دفاعی
۱۳	۵- نوجوان و خواسته هایش
۱۵	۶- ویژگیهای دوره نوجوانی
۱۷	۷- علائم افسردگی در نوجوان
۲۵	۸- روانشناسی عصبانیت در نوجوان
۲۶	۹- هدایت پذیری در نوجوان
۲۹	۱۰- اثرات تغییرات بدنی در نوجوان
۳۰	۱۱- وظایف مربیان و معلمان
۳۴	۱۲- خصوصیات عاطفی و هیجانی نوجوان
۳۸	۱۳- غیر رفتار اجتماعی در نوجوان

- ۴۳ ----- ۱۴-زریان های عصبانیت
- ۴۸ ----- ۱۵-عصبانیت در یک جوان ۱۳ ساله
- ۵۵- ----- ۱۶-اختلالات تغذیه ای در نوجوان
- ۵۷- ----- ۱۷-رس از چاقی
- ۶۲- ----- ۱۸-بی اشتها
- ۶۴ ----- ۱۹-پر خوری عصبی
- ۶۸ ----- ۲۰-نوجوان و هویت یابی
- ۸۱ ----- ۲۱-آسیب شناسی دوران بلوغ
- ۹۱ ----- ۲۲-۱۰مشکل دوره نوجوانی
- ۹۷ ----- ۲۳-آیده هایی برای اتاق خواب نوجوان
- ۱۰۱ ----- ۲۴-نظیم خواب
- ۱۰۸ ----- ۲۵-نگرش هایی در رفتار والدین
- ۱۰۹ ----- ۲۶-انتظار نوجوان از والدین
- ۱۱۱ ----- ۲۷-منابع مطالعاتی

مقدمه

پدران و مادران و مربیان چنین می اندیشند که کودکان امروز با کودکان گذشته تفاوت بسیار دارند در حالیکه بچه های امروز معمولاً از نظر جسمی سالمترند، چابک تر و فعالتر از گذشتگانند، کنجکاوتر و مستقل ترند، آفات بیشتر و جملات طولانی تری به کار می برند و مطالب پیچیده تری را می فهمند و به زبان می آورند، آنان بزرگ تر از معمول دانند و علائق پیچیده تری دارند. آنان را کمتر می توان رام کرد و در مقابل محدودیت ها بیشتر به معارضة بر می خیزند.

این سؤال نیز مطرح است که آیا این همه تفاوت مربوط به طبیعت کودکان است یا ناشی از تحول سبک زندگی مواد و اوقات و یا کار آموزشگاه ها و یا نقش جامعه است.

جای تردید نیست که چنین اوضاع و احوالی، هرگز بخاطر فرزندان ما نیز از آموزش و پرورش مناسبی برخوردار شوند، جا دارد که هر چه در توان داریم بکار گیریم و هر کسی به قدر وسعت خود به هر نحو که می تواند در راه اشاعه اصول و فروع تعلیم و تربیت کودکان و نوجوانان و در راه رشد و شکوفایی استعداد های خدا دادی آنان و توسعه و بهبود آموزش و پرورش همگانی مینی

بر موازین خداپسندانه و انسانی و علمی بکوشد .

مربیان و معلمان ما باید چنان دانش و شخصیتی یافته باشند که بتوانند راهنما و مددکار کودکان عصر جدید باشند و به جای پر خاشگری و ارباب در آنان اعتماد بنفوس و احساس امنیت و امکان شکوفایی استعداد های آنان را فراهم سازند ، آموزش کودکان و نوجوانان امروز ، بیش از هر دوره دیگر ، متأثر از وضعیت زندگی ، فکری ، روانی و اجتماعی آنان است .

مدرسه باید کودکان را برای برسانند تا به رشد اجتماعی کافی برسند تا در آینده بتوانند سعادتمند شوند ، شایستگی هایی بدست آورند که آنان را به یک زندگی رضایت بخش هدایت کند و به استقلال و رشد شخصیت برساند ، معلم باید رهبر اجتماع خود باشد و تاسی تواند فعالانه در ساختن یک زندگی ایده ال خویش ، که معجونی از موازین و ارزشهای مثبت اعتقادی ، فرهنگی و اجتماعی است نقش خود را ایفا کند .

امید آفرین
علیرضا یحقی