

مجموعه مقالات روان‌شناسی و تربیتی

جلد اول

تأليف:

دکتر داریوش زرگری مرندی



انشارات و العلم

سرشناسه	زرگری مرندی. داریوش، ۱۳۲۹ -
عنوان و نام پدیدآور	مجموعه مقالات روان‌شناسی و تربیتی / اثر دکتر داریوش زرگری مرندی
مشخصات نشر	تهران: والقلم، ۱۳۹۳
مشخصات ظاهری	۱۷۰ ص، ۲ ج
شابک	ج. ۱: 978-600-93868-5-7 ؛ ج. ۲: 978-600-93868-6-4
	دوره: 978-600-93868-9-5
وضعیت فهرست نویسی	فیا
موضوع	روان‌شناسی تربیتی
موضوع	تربیت اخلاقی
رده بندی کنگره	۱۳۹۳ ۳م ۵۱/۵۱ LB1
رده بندی دیویی	۳۷۰/۱۵
شماره کتابشناسی ملی	۳۶۳۶۵۹۹



انتشارات العالم

مجموعه مقالات روان‌شناسی و تربیتی

جلد اول

دکتر داریوش زرگری مرندی

شمارگان: ۵۰۰ نسخه

سال چاپ: اول، ۱۳۹۳

قیمت: ۸۵۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۳۸۶۸-۵-۷

الحق چاپ برای ناشر محفوظ است.

آدرس انتشارات: تهران، یوسف آباد، بزرگراه کردستان، خ شصت و چهارم،

پلاک ۱۰/۱، طبقه چهارم، واحد ۱۱

فهرست

۵	 مقدمه
۱۳	 نقش محبت در تکوین شخصیت کودکان
۲۵	 روابط کودکان در خانواده
۳۱	 آثار و عوارض تبعض در خانواده
۳۷	 تشویق و تنبیه و آثار تربیتی آن
۴۵	 راه‌های پیشگیری از بی‌انضباطی کودکان
۵۱	 آثار نظم در زندگی فردی و اجتماعی
۶۳	 تأثیر تغذیه در هوش کودکان و دانش‌آموزان
۷۱	 توصیه‌هایی برای یادگیری بهتر
۷۷	 علل عقب‌ماندگی درسی دانش‌آموز و راه‌های بهبود آن
۸۹	 اضطراب از امتحان و روش‌های کنترل و درمان آن
۱۰۷	 دانش‌آموز موفق کیست؟
۱۱۲	 برنامه‌ریزی برای تعطیلات تابستانی فرزندان خود
۱۲۱	 ضرورت ایجاد هماهنگی بین روش‌های تربیتی خانه و مدرسه
۱۲۷	 ترس‌های فرزندان شما
۱۳۵	 چرا خسته و افسرده می‌شوید؟

- ۱۴۱ پیشگیری از انتقال مشکلات کار به کانون خانواده
- ۱۴۷ مشکل وسواس
- ۱۵۱ نقد معنا درمانی و ویکتور فرانکل
- ۱۵۹ عوارض ناشی از ازدواج در سنین بالا
- ۱۶۳ بحران اخلاقی
- ۱۶۵ عفت و پاکدامنی

به نام آن‌که جان را فکرت آموخت

مقدمه

کتاب حاضر به صورت مجموعه مقالات در زمینه‌ی روان‌شناسی و علوم تربیتی توسط این‌جانب تألیف و تدوین یافته است، که برخی از این مقالات در مجلات معتبر داخلی به چاپ رسیده است و در تجدید چاپ آن‌ها بازنگری و اصلاحات لازم صورت گرفته است و منابع نیز در متن هر مقاله ذکر شده است.

مقالات مندرج در این کتاب برگرفته از نیازهای خانواده‌ها و حاصل چندین سال تجربه‌ی شخصی و مطالعه در مراکز علمی و آموزشی و پژوهشی می‌باشد. برخی از این‌ها نیز عصاره و چکیده‌ی یک یا چند کتاب آمیخته با تجارب نویسنده می‌باشد که به زبان ساده و قابل فهم برای اکثر خانواده‌هایی که از سواد دبیرستانی برخوردارند نگارش یافته است، و در حد امکان تلاش شده است از به کار بردن واژه و ترکیبات و عبارات ثقیل و مغلق که موجب ملال و خستگی خواننده و دشواری در نیل و حصول به درک مفاهیم می‌شود اجتناب به عمل آید، تا سختی و دشواری در فهم و درک مطالب موجب طرد و بی‌رغبتی خواننده برای ترغیب مطالب آن نشود.

انگیزه‌ی تألیف کتاب مزبور در قالب مجموعه مقالات نویسنده بر نیاز خانواده‌هاست که امکان مطالعه و دست‌یابی به کتب متنوع کمتر دارند و اغلب خواستار تنوع مطالب و دریافت پاسخ به نیازهایشان در زمان کوتاه و بهره‌مندی بیشترند. در عین حال کتاب نوشته شده می‌تواند برای مطالعه‌ی بیشتر در مطالب مورد علاقه شان ایجاد انگیزه نماید. تا در موضوع موردنظر تحقیق و تتبع نمایند. هرچند که نمی‌توان ادعا کرد این کتاب فاقد و مبرا از هرگونه نقد و نقص است و منطبق با تمام سلیق و علایق و تجارب و تحصیلات خوانندگان می‌باشد. که کاری بس خطیر و تا حدی غیرممکن است. چرا که کمتر کتابی

می‌توان یافت که عاری از هرگونه خطا و اشتباه و لغزش باشد علی‌الخصوص گذشت زمان و پیشرفت علم پرده از برداشت‌های غلط و خطا برمی‌دارد.

ولی ناچار به تعبیر «ما لا یدرک کله لا یتراک کله» باید آب را به حد تشنگی چشید. و از فرصت‌ها، قبل از سپری شدن آن استفاده کرده و با توجه به رسالت فرهنگی، پیام را به مخاطبین رساند و نباید زیاد هم وسواس بوده و به قول مولوی در بند قافیه بود. پس به فرمایش لسان‌الغیب حافظ شیرازی بسنده می‌کنم که می‌فرماید:

تلقین و درس اهل نظر یک اشارت است گفتیم نکته‌یی و مکرر نمی‌کنیم
باید اعتراف و اذعان کرد، کتابی که روح بی‌نهایت‌جویی انسان را اشباع کند، کتاب هدایت و شفا و رحمت خداوند [قرآن مجید] است که توسط جبرئیل وحی بر پیامبر عظیم‌الشان حضرت محمد (ص) نازل شده است، اگر کسی در آن تفقه و تعقل لازم به عمل آورد و بفهمد، ابواب رحمت و الطاف بیکران الهی به رویش گشاده می‌شود و راه سعادت از شقاوت بازشناسد و به بصیرت باطنی نائل آید و سلیم و سقیم از هم بازشناسد. فلذا سعی شده است در تقریر مقالات مزبور از تعالیم اسلامی برای نیل به زندگی سعادت‌مند که تشفی قلوب و تصفیه و تطیب روح و جسم است استفاده شود، به قول مولوی:

شاد باش ای عشق خوش سودای ما ای طیب جمله علت‌های ما
ای دوی نخوت و ناموس ما ای تو افلاطون و جالینوس ما

در پایان در سایه‌ی عنایت بی‌بدیل حق تعالی، با بهره‌گیری از شریعت مبین اسلام برای خانواده‌های محترم برای تربیت نسلی توان‌مند و پویا و بانشاط، تندرست و سالم آینده‌سازان کشور این اولین نهاد اجتماعی و رکن رکن جامعه آرزوی سعادت و توفیق را مسئلت می‌نمایم و کرمه و مَنّه.

داریوش زرگری مرندي

پائیز ۱۳۹۳