

4717

یا لطیف

بلوغ در پسران

گروه سلامت جمعیت، خانواده و مدارس
دانشکده علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی سارو

سرشناسه: سلطانی، لیلا، ۱۳۵۹ -
عنوان و نام پدیدآور: بلوغ پسران / مولفین لیلا سلطانی، رقیه خرم؛ [به سفارش] گروه
سلامت جمعیت، خانواده و مدارس دانشکده علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی
ساوه.

مشخصات نشر: قم: اندیشه ماندگار، ۱۳۹۶.

مشخصات ظاهری: ۵۲ ص.: مصور (رنگی)؛ ۱۴/۵×۲۱/۵ س.م.

شابک: ۹۷۸۶۰۰۸۳۳۴۶۷۵

وضعیت فهرست نویسی: فیپا

موضوع: بلوغ / Puberty / پسران - روانشناسی / Boys - Psychology

شناسه افزوده: خرم، رقیه، ۱۳۵۷ - / دانشکده علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی

ساوه. گروه سلامت جمعیت، خانواده و مدارس

رده بندی کنگره: ۱۳۹۶ ب ۸ س ۸ / QP۸۴/۴

رده بندی دیویی: ۶۱۲/۶۶۱

شماره کتابشناسی ملی: ۵۱۱۴۳۳۱

بلوغ پسران

.....

مؤلفین: رقیه خرم، لیلا سلطانی

ناشر: اندیشه ماندگار

نوبت چاپ: اول - ۳۹۸

تیراژ: ۴۰۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۸۳۳۴-۶۷-۵



انتشارات اندیشه ماندگار

قم: خیابان صفاییه انتهای کوی بیگدلی پلاک ۲۸۴

صندوق پستی: ۳۷۱۹۵/۱۱۱۹

تلفن: ۰۲۵-۳۷۷۳۶۱۶۵-۳۷۷۴۲۱۴۲

همراه: ۰۹۱۲۲۵۲۶۲۱۳

فهرست

۷.....	فصل ۱
۱۱.....	فصل ۲
۱۵.....	فصل ۳
۲۷.....	فصل ۴
۳۳.....	فصل ۵
۳۹.....	فصل ۶
۴۳.....	فصل ۷
۴۷.....	فصل ۸

۳۰۰ سال پیش از تولد مسیح، ارسطو نوجوانان را این گونه توصیف می‌کند: «پرشور و آتشی مزاجند و آماده‌اند که خود را به دست غرایز بسپارند». استانی هال پدر مطالعه علمی درباره نوجوانی، آن را دوران «طوفان و تنش» شدید و نیز دوران توانایی فوق العاده جسمانی، عقلی و عاطفی می‌داند. فیلسوفی نیز می‌گوید نوجوانی با زیست‌شناسی آغاز می‌شود و با فرهنگ پایان می‌یابد^۱.

واژه‌های به کار رفته برای توصیف دوره نوجوانی همگی بر تغییرات جسمانی و فیزیولوژیکی بلوغ تأکید می‌کنند، تغییراتی که اثرات بسیار پایداری در دوران بزرگسالی دارند. بنابراین شنایی با این تغییرات برای پدران، مادران و نوجوانان در گذار از این دوره و بر عهده گرفتن نقش‌های دوره‌ی بزرگسالی بسیار ضروری است. افزایش آگاهی نوجوانان در راستای رفع مشکلات این دوره یکی از اهداف برنامه سلامت نوجوانان می‌باشد و هدف مجموعه حاضر آشنایی با بهداشت باروری و بلوغ است تا بتوانیم گام‌های موثری در راستای ارتقاء سلامت نوجوان برداریم.

بلوغ یکی از حیاتی ترین مراحل زندگی انسان است. این مرحله، زمان تغییر سریع رشد و نمو و تغییرات سریع اجتماعی است. هرچند ممکن است در برخی کشورها توجه به کودکان دختر (به صورت آشکار یا پنهان) کمتر باشد، اما تغییرات جسمی و روانی که در پسران در دوره بلوغ رخ می دهد نه تنها بیش از جنس دیگر مورد توجه نیست بلکه گاهی مورد غفلت بیشتری قرار می گیرد.

در حال حاضر بخش قابل توجهی از جمعیت کشور را نوجوانان تشکیل می دهند به همین دلیل پرداختن به مسائل نوجوانان در دوره بلوغ از اهمیت ویژه ای برخوردار است. نوجوان پس از بلهور علایم بلوغ که ناگهانی و غیر منتظره است، به طور طبیعی با امری نا آشنا و بی سابقه مواجه می شود. نوجوان هم احساس شادی می کند و هم دچار نگرانی می شود. اگر تا آن زمان کسی او را در جریان تغییرات و علایم بلوغ نگذاشته باشد، این پدیده موجب تعجب، اضطراب و تشویش وی می شود. نوجوان باید هنجارهای فرهنگی خود را بشناسد و با افزایش آگاهی در این زمینه، راه های پیشگیری از ابتلا و نحوه برخورد با خطرات را به کار ببندد.

به علاوه لازم است نوجوان قبل از بلوغ، اطلاعات کلی و صحیح راجع به وقایع و تغییرات جسمی و روانی بلوغ و رفتار مناسب نسبت به خود، دیگران و نحوه ابراز علاقه، محبت و دوستی های معقول را دریافت نماید تا از بسیاری مشکلات و پیامدهای حاصل از عدم آگاهی و شناخت صحیح آنها، پیشگیری شود.

بدون شک یکی از راه های اصلی و مهم دریافت اطلاعات، والدین، مربیان و مشاوران مدرسه هستند. نوجوان باید این حقیقت را به خوبی درک کند که پدر و مادر دلسوزترین مشاور برای او هستند. هر چند که برخی از والدین اطلاعات مناسب و کاملی از بحران های دوران بلوغ ندارند ولی با این وجود بهترین منبع آگاه نمودن وی هستند.

باید به خاطر داشت که دوره بلوغ، دوره ای با عظمت و ارزشمند است و نوجوان می تواند مصون از گناه و آلودگی های اخلاقی باشد، لذا بیداری احساسات اخلاقی و ارزش های معنوی در نوجوان بهترین شرایط و موقعیت را برای آموزش ایجاد می کند تا ضمن فراگیری مسائل بلوغ و نوجوانی، تمایلات معنوی او نیز ارضا شده و در برابر انحرافات و لغزش ها، با ایمان و مستحکم مقاومت نماید.

در این مجموعه سعی شده است علی رغم پیچیدگی و ویژگی های خاص این دوران، محتوای آموزشی به زبان ساده، رسا و کاربردی بگونه ای که برای والدین، اولیاء و مربیان مدارس قابل فهم باشد ارائه گردد. امیدواریم این مجموعه بتواند گامی ارزشمند در جهت برطرف کردن ناستی های موجود در این زمینه باشد.

دکتر رضا نظری

معاون بهداشت