

روش‌های نوین فرزند پروری

و

الگوهای رفتاری با نوجوانان

تألیف  
سلمان قادری  
غلامعلی قربانی



انتشارات آرون

|                     |                                                                                      |
|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| سرشناسه             | : قادری، سلمان، ۱۳۶۲                                                                 |
| عنوان و نام پدیدآور | : روش‌های نوین فرزند پروری و الگوهای رفتاری با نوجوانان. سلمان قادری، غلامعلی قربانی |
| مشخصات نشر          | : تهران، آرون، ۱۳۹۳                                                                  |
| مشخصات ظاهری        | : ۱۸۴ ص                                                                              |
| شابک                | : ۹ - ۱۸۵ - ۲۳۱ - ۹۶۴ - ۹۷۸                                                          |
| وضعیت فهرست‌نویسی   | : قیفا                                                                               |
| موضوع               | : والدین و نوجوانان، سرپرستی، ارتباط در خانواده                                      |
| شناسه افزوده        | : قربانی / غلامعلی، ۱۳۵۵                                                             |
| رده‌بندی کنگره      | : ۱۳۹۲ ۲/۹ ق/۷۹۹/۱۵ HQ                                                               |
| رده‌بندی دی‌رجی     | : ۳۰۶ / ۸۷۴                                                                          |
| شماره کتابشناسی ملی | : ۳۴۱۹۰۹۲                                                                            |



اشارات آرون

## روش‌های نوین فرزند پروری و الگوهای رفتاری با نوجوانان

مؤلفین: سلمان قادری

غلامعلی قربانی

ناشر: انتشارات آرون

چاپ اول: ۱۳۹۳

چاپخانه حیدری: ۲۰۰۰ نسخه

۱۱۰۰۰ تومان

## سپاسنامه

شکر ایزد منان، سر آغاز سخن مؤلفین این اثر است. ما همواره در پروسه چند ساله تألیف کتاب، همواره مرهون تشویق و مشورت حرفه ای افراد زیادی می باشیم - که از ذکر نام آنها به علت از قلم افتادن نام یکی از این عزیزان که شاید موجب رنجش خاطر آنان گردد خودداری می نمائیم و فقط به ذکر عناوین کلی آنها اکتفا می کنیم- از جمله؛ استادان، همکاران و دوستان بزرگواری که با راهنمایی هایشان، کمک نمودند تا فهم تجربی و علمی ما در زمینه «روش های نوین فرزند پروری و الگوهای رفتاری با نوجوانان» شکل گیرد و دقیق تر شود. هر چند که در این مسیر، خودمان را مدیون خون شهیدان انقلاب اسلامی می دانیم که در راه مبارزه با دشمنان قسم خورده اسلام و انقلاب در راه دفاع از وطن به درجه رفیع شهادت نائل آمدند که جا دارد در همین جا از خانواده های معزز آنها تشکر و قدردانی ویژه نمائیم.

از استاد و دوست بزرگوارمان جناب آقای دکتر سید حسن موسوی چلک (رئیس انجمن مددکاران اجتماعی ایران) که همواره در این مسیر سخت و طاقت فرسا مشوق و راهنمای ما بوده اند نهایت سپاس و قدرانی را از ایشان می نماییم و دعای خیرمان بدرقه راهشان باشد و برای ایشان و خانواده محترمشان همواره آرزوی توفیق روز افزون داریم.

صمیمانه ترین و گرم ترین مراتب سپاس و قدردانی خودمان را از خانواده هایمان

می نماییم که با صبر، تحمل و حمایت مستمرشان، ما را در پیمودن این راه (تألیف کتاب حاضر و همچنین کتابهای در دست نشر) فراهم نمودند. از نشر «آرون» و همکارانشان سپاس و قدردانی می شود که با همکاری های صمیمانه شان موجبات چاپ کتاب حاضر را در سال ۹۲ در کشور عزیزمان ایران فراهم آوردند.

قادری - قریانی

## فهرست مطالب

|                                                                         |     |
|-------------------------------------------------------------------------|-----|
| مقدمه                                                                   | ۷   |
| فصل یک: ویژگی های دوره ی نوجوان                                         | ۱۰  |
| فصل دوم: سیک های فرزندپروری                                             | ۲۶  |
| فصل سوم: خطاهای فرزندپروری                                              | ۳۹  |
| فصل چهار: مشیوه های تعیین مجازات                                        | ۵۵  |
| فصل پنجم: شناخت رفتارهای خشونت آمیز و مدیریت خشم                        | ۶۵  |
| فصل ششم: پیشگیری از خودزنی و خودکشی در بین نوجوانان و نحوه مقابله با آن | ۷۳  |
| فصل هفتم: استفاده از تلفن و گوشی همراه در نوجوانان                      | ۷۵  |
| فصل هشتم: برنامه های پیشگیری از مصرف مواد در بین نوجوانان               | ۸۰  |
| فصل نهم: آموزش مراقبت جنسی در دوران نوجوانی                             | ۹۱  |
| فصل دهم: تاثیر دوستان و گروههای همسالان بر روی نوجوانان                 | ۹۴  |
| فصل یازدهم: مهارت مدیریت مالی در کودکان و نوجوانان                      | ۹۷  |
| فصل دوازدهم: مهارت برقراری ارتباط با نوجوانان                           | ۱۰۳ |
| فصل سیزدهم: مهارت حل مسئله                                              | ۱۱۷ |
| فصل چهاردهم: راههای افزایش اعتماد به نفس در کودکان و نوجوانان           | ۱۲۳ |
| فصل پانزدهم: مهارت دوست یابی                                            | ۱۲۹ |
| فصل شانزدهم: کودکان و نوجوانان و مسائل قانونی                           | ۱۳۲ |

فصل هفدهم: نوجوانان در مراکز شبانه روزی ..... ۱۴۲

منابع: ..... ۱۸۳

www.ketab.ir

## مقدمه

در شرایطی وارد سده بیست و یکم شده ایم که جهان با چالش های فراوانی از نظر جنگ هسته ای، قاچاق و توزیع گسترده مواد مخدر و محرک، فقر و افزایش نابرابری های اجتماعی و بحران های اکولوژیک مواجه است.

امروزه آمار طلاق و تعداد کودکان و نوجوانانی که فقط با یک والد زندگی می کنند رو به ازدیاد است. در بسیاری از خانواده ها، والدین شاغل هستند. این در حالی است که کشورهای جهان با فقر، آسیب های اجتماعی و تشدید نابرابری های اجتماعی شاهد افزایش نرخ اعتیاد، کودک آزاری، همسر آزاری، تن فروشی، طلاق و غیره می باشند و سن اقدام به بزه در جامعه کاهش یافته و میزان جرائم و خشونت ها نیز در حال رشد است.

بسیاری از نهادهای اجتماعی با تهدید جدی روبه رو هستند. به عنوان نمونه، خانواده به عنوان اساسی ترین نهاد اجتماعی جامعه، کانون نخستین شکل گیری شخصیت اولیه کودک بوده و نقش مهمی در پرورش تربیت و آموزش ایفاء می نماید. با توجه به اینکه دوران کودکی و نوجوانی از چالش برانگیزترین مراحل زندگی هر فرد محسوب می شود، در صورتی که اگر کودکان و نوجوانان آمادگی لازم برای ورود به این دوره را نداشته و نیز مهارت های اساسی زندگی و اجتماعی را کسب نموده باشند این دوره می تواند تبدیل به بحران شود. لذا با عنایت به اینکه هر دوره از زندگی، انسان با فرایند موضوع، مسئله، مشکل، معضل و بحران های احتمالی مواجه خواهد شد، بر همین اساس در صورتی که والدین آمادگی، تدبیر و مدیریت در هر بخش از این فرایند را نداشته باشند منجر به ورود به مرحله بعدی فرایند فوق می شود. در نتیجه وقت و هزینه ای به هراتب بیشتر بر ای حل آن مشکل صرف خواهد شد.

در حال حاضر شرایط اجتماعی و اقتصادی موجب شده که بسیاری از والدین فرصت لازم برای تعامل با نوجوانان را از دست داده و در نتیجه آموزش پذیری کودکان از سوی نهاد خانواده به سمت مدرسه، دوستان و گروه های همسال سوق پیدا نموده و

این موضوع خود می تواند به عنوان یک چالش جدی مطرح باشد که می بایست در این خصوص مسئولین امر به فکر راهکاری برای جبران خلاء کارکردهای خانواده ها متناسب با پیشرفت جامعه به سمت صنعتی شدن باشند تا به علت فقدان حضور خانواده و عدم آگاهی از وضعیت روانی و اجتماعی کودک، موجب بروز آسیب ها و مشکلات حادی در این زمینه نشود. این امر محقق نخواهد شد مگر اینکه با توجه به نیازهای روز کودکان و نوجوانان برنامه ریزی جامع، از سوی نهادهای اجتماعی جایگزین خانواده صورت پذیرد.

بر طبق اعلام مقام های مسئول در وزارت بهداشت شمار زیادی از کودکان و نوجوانان مبتلا به اضطراب شدید و افسردگی می باشند. مقایسه آمار فوق با وضعیت سال های قبل حاکی از افزایش اختلالات روانی در کودکان و نوجوانان داشته که این موضوع می تواند از عوامل خطرآفرین به شمار آید که احتمال بروز سوء مصرف مواد، گرایش به مصرف الکل و داروهای روانگردان و بزهکاری که از متغیرهای پیش بینی کننده در کاهش سن شروع مصرف در جامعه می باشد افزایش دهد.

کودکان و نوجوانان در هر سنی نیازمند کسب آگاهی و آموزش می باشند و ضروری است آموزش مهارت های اجتماعی و زندگی متناسب با جنسیت و مراحل رشد کودک و نوجوان طراحی شود و این مهم نیازمند حضور والدین آگاه بوده که با بهره گیری از آموزش مهارت های والدینی گام اساسی در فرایند رشد و پرورش کودک بردارند.

امروزه کودکان و نوجوانان به آسانی و از طریق رسانه های گروهی و تکنولوژی های جدید با سایر فرهنگ ها آشنا می شوند و گاه آشنایی با ویژگی های سایر فرهنگ ها موجب تغییر در ارزش ها و باورهای کودکان و نوجوانان شده است. یکی از دغدغه های اساسی در این زمینه، عدم استفاده صحیح از تکنولوژی های جدید از جمله موبایل، اینترنت، شبکه های اجتماعی و غیره از سوی کودکان و نوجوانان باعث ایجاد ناهنجاریها، تعارض و حتی در برخی از موارد اعتیاد به این ابزارها شده که تأثیرات روانی و اجتماعی مخربی برای آنها در پی خواهد داشت و نیازمند مداخله سریع و به موقع به منظور کاهش این تأثیرات می باشیم. از سوی دیگر با گسترش تکنولوژی های جدید و ورود انواع گوشی های تلفن و گسترش شبکه های اجتماعی، فیلم و تلویزیون به افزایش اطلاعات کودکان و نوجوانان نیز کمک کرده است که این مسئله به عنوان یک عامل محافظتی و فرصت محسوب شده که در صورت نظارت دقیق بر این موضوع، از بروز مشکل و تبدیل شدن به تهدید جلوگیری به عمل آوریم.

دوران نوجوانی دوران مخاطره آمیز همراه با تجربه های نو برای کودکان و نوجوانان

است. این دوران مانند یک ترن هوایی ( پر از ترس، هیجان، اضطراب، نگرانی، شور و شوق ) است. علاوه بر این یک دوره انتقالی نیز می باشد. در این دوره تغییر رفتار کودکان و نوجوانان بسیار دشوار است و لازم است از روش های مختلفی استفاده نمود. البته این روش ها باید متناسب با وضعیت این دوره باشد و لذا شناخت مختصات این دوره از اهمیت زیادی برخوردار است. دوران نوجوانی ویژگی هایی دارد که شناخت و تحلیل درست این دوره به شناسایی عوامل محافظتی (Protective Factors) و عوامل خطر آفرین (Risk Factors) کمک خواهد کرد.

برخی از والدین فکر می کنند بسیاری از خصوصیات کودکان و نوجوانان بیانگر نوعی معضل است که باید با آن مقابله نمود اما در واقع چنین نیست بلکه جزئی از خصوصیات طبیعی نوجوانان و از ویژگی های این دوره است و به عنوان مسئله ای مطرح است که راه حل آن با کسب آموزش و آگاهی های لازم به راحتی امکان پذیر است.

بررسی و شناخت ویژگی های کودکان و نوجوانان از اهمیت فوق العاده ای برخوردار می باشد لیکن این به معنی کنترل کردن آنها نمی باشد. بدیهی است نظارت با کنترل فرق می کند. منظور از نظارت بررسی درست و دقیق وضعیت کودک و نوجوان و شناسایی جنبه های مثبت، منفی و توجه به پیامدهای رفتار نوجوان است. در حالیکه کنترل، جنبه های منفی نوجوانان را مد نظر قرار داده و معمولاً والدین سوالات بازپرس گونه ای از فرزندانشان می پرسند.

علیهذا با عنایت به موارد فوق الذکر و نظر به اهمیت و ضرورت توجه به تربیت کودکان و نوجوانان، بر آن شدیم تا کتاب حاضر را با الگوها و روش های نوین فرزندپروری در جهت استفاده والدین، آموزشگران، معلمان، مددکاران اجتماعی و سایر رشته های یاورانه تألیف نمائیم که امید است مورد استفاده خوانندگان محترم قرار گیرد. در ضمن شایان ذکر است یکی از فصول این کتاب برای استفاده مربیان امور تربیتی و دست اندرکاران کلیه مراکز شبانه روزی به ویژه مراکز بهزیستی اختصاص یافته است. همچنین امیدواریم خوانندگان گرامی با نظرات و پیشنهادات خود ما را در جهت هر چه غنی تر نمودن کتاب حاضر یاری فرمایند.

قادری - قربانی

## فصل یک

### ویژگی‌های دوره‌ی نوجوانی

#### ویژگی‌های نوجوانان

نوجوانی دوره‌ای پر از تنش و چالش، هیجان، ترس، اضطراب، شادی، نگرانی و ناامیدی و امیدواری، پر از اشک و لبخند، پر از کشف و رمز و راز، پر از عشق و امید است. نوجوانی مهمترین دوران زندگی و زمان شکل‌گیری هویت نوجوان و به عبارتی دوران کاشتن بذرهاست. هر چه بکاریم آن را برداشت خواهیم کرد. نوجوانان امروزی ویژگی‌هایی دارند که این دوره را با دوران قبلی متمایز می‌سازد از جمله مهمترین این ویژگی‌ها عبارت است از:

#### - آسیب‌ناپذیری

نوجوانان فکر می‌کنند نسبت به مسائل پیرامون‌شان آسیب‌ناپذیرند و دست به مخاطرات فراوانی می‌زنند.

#### - تصمیم‌گیری‌های آنی

تصمیم‌گیری‌های آنی از ویژگی‌های این دوران است زیرا نوجوانان هر چیزی را که به فکرشان می‌رسد به انجام می‌رسانند.

#### - کج خلقی، کم‌حوصلگی و تغییرات سریع خلقی

از ویژگی‌های دوره نوجوانی است. آنها زود عصبانی می‌شوند، خیلی زود واکنش نشان