

پرسی و پاسخ مشاوره ای

(راهنمای عملی برای مشاورین مدارس و والدین)

اکبر زرین صدف

(فوق لیسانس روانشناسی عمومی)

ظاهره عبدی

(فوق لیسانس مدیریت آموزشی)

فاطمه حبیبی اومالی

(فوق لیسانس روانشناسی عمومی)

ربابه اسنشام

(فوق لیسانس روانشناسی عمومی)

فاطمه دیندار

(فوق لیسانس روانشناسی عمومی)

ربابه بخشی پائین رودپشتی

(فوق لیسانس روانشناسی عمومی)

ساری

بهار ۱۴۰۱

عنوان و نام پدیدآور: پرسش و پاسخ مشاوره ای (راهنمای عملی برای مشاورین مدارس و والدین) / اکبر زرین صدف ... [و دیگران] .

مشخصات نشر : قائم شهر: مهرالنبی ، ۱۴۰۱ .

مشخصات ظاهری : ۱۱۷ ص. : ۱۴/۵ * ۲۱/۵ س م .

شابک : ۹-۶۴-۷۹۸۵-۶۰۰-۹۷۸

وضعیت فهرست نویسی : فیبا

یادداشت : اکبر زرین صدف، طاهره عبدی، فاطمه حبیبی اومالی، ربابه اسشام، فاطمه دیندار، ربابه بخشی پائین رودپشتی.

عنوان دیگر: راهنمای عملی برای مشاورین مدارس و والدین .

موضوع : نوجوانان -- مشاوره -- پرسش ها و پاسخ ها

Teenagers -- Counseling of -- Questions and answers

نوجوانان -- روان شناسی -- پرسش ها و پاسخ ها

Adolescent psychology -- Questions and answers

والدین و نوجوانان -- جنبه های روان شناسی -- پرسش ها و پاسخ ها

Parent and teenager -- Psychological aspects -- Questions and answers

شناسه افزوده : زرین صدف ، اکبر ۱۳۵۹-

رده بندی کنگره: BFV۲۴

رده بندی دیویی: ۱۵۵/۵

شماره کتابشناسی ملی : ۸۸۲۲۲۰۰

اطلاعات رکورد کتابشناسی: فیبا

عنوان : پرسش و پاسخ مشاوره ای (راهنمای عملی برای مشاورین مدارس و والدین)

مؤلفین : اکبر زرین صدف ، طاهره عبدی ، فاطمه حبیبی اومالی ، ربابه اسشام ، فاطمه دیندار ، ربابه بخشی پائین رود پشتی .

نوبت چاپ : اول ، بهار ۱۴۰۱

صفحه آرایي : سامره دهقان

طراحی جلد : سامره دهقان

تیراژ : ۱۰۰۰ جلد

قیمت : ۴۰۰۰۰۰ ریال

شابک : ۹-۶۴-۷۹۸۵-۶۰۰-۹۷۸

ناشر : مهرالنبی

چاپ و صحافی : مازند گستر

این کتاب با کاغذ حمایتی چاپ شده است

۹	پرسش اول : نوجوان و سحر خیزی
۱۰	پرسش دوم : نوجوان و انگیزه
۱۲	پرسش سوم : نوجوان و ناسازگاری
۱۴	پرسش چهارم : نوجوان و بلوغ
۱۷	پرسش پنجم : خانواده و مشکلات ارتباط
۱۸	پرسش ششم : والدین و عصبانیت نوجوان
۲۵	پرسش هفتم : نوجوان و حساسیت به ظاهر
۲۶	پرسش هشتم : نوجوان و نداشتن تمرکز در درس
۲۷	پرسش نهم : نوجوان و افراط در خودآرایی
۲۸	پرسش دهم : خانواده و مهارت ارتباط با نوجوان
۳۰	پرسش یازدهم : والدین و فاصله با نوجوان
۳۱	پرسش دوازدهم : ویژگی های خانواده خوشبخت
۳۲	پرسش سیزدهم : نوجوان و تمایل به فرهنگ بیگانه
۳۳	پرسش چهاردهم : نوجوان و اعمال ناری
۳۸	پرسش پانزدهم : دانش آموز و نداشتن مقاومت در درس خواندن
۴۰	پرسش شانزدهم : دانش آموز و احساس خستگی مفرط در مطالعه
۴۳	پرسش هفدهم : دانش آموز و نداشتن انرژی کافی برای درس خواندن
۴۴	پرسش هجدهم : نوجوان و نداشتن حس انتقاد پذیری
۴۶	پرسش نوزدهم : نوجوان و احساس پوچی
۴۶	پرسش بیستم : نوجوان و بی احترامی به والدین
۴۷	پرسش بیست و یکم : نوجوان و دخالت در تمام امور
۴۷	پرسش بیست و دوم : نوجوان و نداشتن دل و جرأت
۴۸	پرسش بیست و سوم : نوجوان و حساسیت بالا
۵۰	پرسش بیست و چهارم : دانش آموز و کمرویی
۵۲	پرسش بیست و پنجم : والدین و قهر فرزندان
۵۳	پرسش بیست و ششم : نوجوان و سر به هوا بودن
۵۵	پرسش بیست و هفتم : نوجوان و دروغگویی
۵۸	پرسش بیست و هشتم : خصوصیات یک مشاور تحصیلی خوب
۵۹	پرسش بیست و نهم : تفاوت ترس و اضطراب در کودکان
۶۱	پرسش سی ام : کودکان و بی توجهی به آموزه های دینی

۶۲	پرسش سی و یکم : راهکارهای تثبیت آموزه های دینی در کودکان
۶۵	پرسش سی و دوم : تاثیر موقعیت زمانی و مکانی در تقویت روحیه ی دینی
۶۷	پرسش سی و سوم : بهترین سن جهت آموزش های دینی
۶۹	پرسش سی و چهارم : لزوم تربیت دینی کودکان
۷۱	پرسش سی و پنجم : کودکان و برخاستگی
۷۳	پرسش سی و ششم : نوجوان و برحرفی
۷۵	پرسش سی و هفتم : نشانه های اضطراب در کودکان و نوجوانان
۷۷	پرسش سی و هشتم : نوجوان و خودکشی
۷۹	پرسش سی و نهم : راهکارهای اجتناب فرزندان از گرایش به جنس مخالف
۸۷	پرسش چهلیم : والدین و برنامه ریزی برای اوقات فراغت فرزندان
۸۹	پرسش چهل و یکم : نوجوان و بیروی از الگوهای غربی
۹۱	پرسش چهل و دوم : نوجوان و بحران هویت
۹۳	پرسش چهل و سوم : نوجوان و لزوم هدفمندی در زندگی
۹۴	پرسش چهل و چهارم : دانش آموز و خود سرزنگری
۹۷	پرسش چهل و پنجم : والدین و نظارت بر استفاده تلفن همراه توسط فرزندان
۹۹	پرسش چهل و ششم : روش های صحیح اعمال تنبیه برای نوجوانان
۱۰۴	پرسش چهل و هفتم : والدین و علامه خودکشی در نوجوانان و جوانان
۱۰۷	پرسش چهل و هشتم : استفاده از جاذبه و پاداش جهت تغییر رفتار نوجوان
۱۱۰	پرسش چهل و نهم : والدین و نحوه ی نظارت بر استفاده نوجوان از اینترنت
۱۱۳	پرسش پنجاهم : زمان مراجعه به متخصص جهت درمان نوجوان
۱۱۷	منابع

پیش سخن

در عصر حاضر که همه چیز با شتاب در تغییر و تحول است، دامنه ی دگرگونی به کانون خانواده نیز نفوذ کرده و روابط و مناسبات انسانی را در شبکه ارتباطی خانوادگی به شدت تحت تأثیر گرفته است. به گونه ای که گاهی پدران و مادران، پاسخ روشنی برای مسائل اخلاقی و تربیتی خود و فرزندان شان نمی یابند و مضطربانه می پرسند اکنون چه باید کرد؟ آیا سرانجام می توانیم در تربیت فرزندان خود موفق شویم؟ آیا می توانیم بر این همه پیچیدگی و تنوع مشکلات موجود فائق آییم؟

طرح پرسش هایی از این قبیل، هم امیدبخش هست و هم نگران کننده، از جهت اینکه پدر و مادر در اندیشه ی تربیت فرزندان خود هستند و به این مهم می اندیشند، جای بسی امیدواری است زیرا تا زمانی که در فکر چیزی نباشیم به آن راه نخواهیم برد. از جهت دیگر احساس نوعی عدم اعتماد به نفس در پدران و مادران نگرانی آور می باشد^۱، زیرا به موازات پیچیدگی روزافزون روابط انسانی به ویژه رابطه پدر و مادر با فرزندان، سطح آگاهی و دانش تربیتی خانواده ها ارتقاء نمی یابد. از این روی پاره ای از پدران و مادران از آهنگ پرشتاب تحول تبعیت نمی کنند و یک نوع شکاف بین آنها و فرزندان پدید می آید. در این هنگام مشاوره نوجوان به والدین کمک می کند تا بتوانند ارتباط خوب و مؤثری با فرزندان خود خصوصاً در سن نوجوانی برقرار کنند. بهتر است والدین از علائق نوجوان خود آگاهی داشته و بیاموزند که او را با دیدگاه خود قضاوت نکنند. مشاوره نوجوان به والدین می آموزد که بدون نصیحت کردن، با فرزند خود صحبت کنند. همچنین حل برخی از

^۱ پرورش فرزند در عصر دشوار ما، دکتر بنجامین اسپاک، ترجمه دکتر ابرامی، بخش مقدمه کتاب، انتشارات صدفی مشهد.

مشکلات در دوران نوجوانی از عهده والدین خارج است و بهتر است فرد دیگری که آموزش تخصصی دیده است به کمک آنها بیاید. لازم است بدانید که کمک گرفتن از روانشناس به این معنی نیست که والدین نمی‌توانند از عهده نوجوان خود بریبایند ، بلکه روانشناس پلی میان والدین و نوجوانان است و برقراری ارتباط را میان آن‌ها تسهیل می‌کند.

مؤلفان نیز سعی نموده اند در کتاب حاضر با توجه به تجربیات کاری خود در مدارس مختلف ، به سوالات و دغدغه های مشترک اکثر پدران و مادران که با آن مواجه بوده اند ، پاسخی منطقی ارائه دهند . انشاء الله در آینده ای نزدیک شاهد هر چه قوی تر شدن ارتباط میان والدین و فرزندان‌شان در سنین مختلف خصوصاً دوران پر فراز و نشیب نوجوانی باشیم.

مؤلفان - بهار ۱۴۰۱