

به نام خدا

# سازگاری با مشکلات تحصیلی

## از پیش دبستان تا دبیرستان

نکته‌هایی برای پدرها و مادرها

نویسندگان:

دکتر جواد محمودی قزایی

فوق تخصص روان‌پزشکی کودک و نوجوان  
عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی تهران

دکتر رزیتا داوری آشتیانی

فوق تخصص روان‌پزشکی کودک و نوجوان  
عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

سرشناسه: محمودی قرائی، جواد، ۱۳۵۱ -

عنوان و نام پدیدآور: سازگاری با مشکلات تحصیلی از پیش دبستان تا دبیرستان: نکته‌هایی برای پدرها و مادرها/ نویسندگان جواد محمودی قرائی، رزیتا داوری آشتیانی؛ ویراستار زینب فرجیان.

مشخصات نشر: تهران: کتابسرای میردشتی، ۱۴۰۰.

مشخصات ظاهری: ۱۷۶ ص.

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۶۰۰-۵۸-۲

وضعیت فهرست نویسی: فیبا

یادداشت: کتابنامه: ص. ۱۷۳

موضوع: آموزش و پرورش -- ایران -- مشارکت والدین

موضوع: Education-- Iran-- Parent participation

موضوع: آموزش ابتدایی -- ایران -- مشارکت والدین -- جنبه‌های روان‌شناسی

موضوع: Education, Elementary -- Iran -- Parent participation

Psychological aspects

موضوع: آموزش متوسطه -- ایران -- مشارکت والدین

موضوع: Education, Secondary -- Parent participation -- Iran

موضوع: شاگردان -- ایران -- روان‌شناسی

موضوع: Students -- Iran -- Psychology

موضوع: والدین و نوجوانان

موضوع: Parent and teenager

موضوع: والدین و کودک

موضوع: Parent and child

شناسه افزوده: داوری آشتیانی، رزیتا، ۱۳۴۷ -

رده بندی کنگره: LB۱۰۴۸/۵

رده بندی دیویی: ۳۷۱/۱۹۲

شماره کتابشناسی ملی: ۸۵۲۷۱۷۴

اطلاعات رکورد کتابشناسی: فیبا

# سازگاری با مشکلات تحصیلی از پیش دبستان تا دبیرستان (نکته‌هایی برای پدرها و مادرها)

نویسندگان: دکتر جواد محمودی قرایی، دکتر رزیتا داوری آشتیانی

ناشر: کتابسرای میردشتی

ویراستاران: زینب فرجیان، زهرا قزوینی

طراح جلد و صفحه‌آرا: سمیرا سبحانی

مدیر تولید: علی زاهدی

لیتوگرافی: جامع هنر

چاپ و صحافی: بوستان کتاب

شمارگان: ۳۵۰ نسخه

نوبت چاپ: اول-۱۴۰۰

قیمت: ۷۹۰,۰۰۰ ریال

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۶۰۰-۵۸-۲

نشر و پخش کتابسرای میردشتی

کتابسرای میردشتی  
MIRDASHTI BOOKS



۰۲۱-۶۶۴۹۰۶۶۰-۲



۰۲۱-۶۶۴۹۱۹۶۸



www.mirdashti.com



mirdashtibook2020



تهران، خیابان انقلاب، خیابان فخررازی، بعد از تقاطع لبافی‌نژاد،  
بخش کوچه ماستری فراهانی، پلاک ۱۱، طبقه ۱، واحد ۱



# فهرست

|     |                                                |
|-----|------------------------------------------------|
| ۷   | پیش گفتار.....                                 |
| ۹   | مقدمه.....                                     |
| ۱۱  | فصل اول: کلیات.....                            |
| ۱۳  | فصل دوم: آموزش پیش دبستانی.....                |
| ۱۷  | فصل سوم: انتخاب پیش دبستان یا مهد کودک.....    |
| ۲۳  | فصل چهارم: ورود به پیش دبستان.....             |
| ۳۱  | فصل پنجم: ورود به مدرسه.....                   |
| ۳۳  | فصل ششم: انتخاب مدرسه.....                     |
| ۳۷  | فصل هفتم: آمادگی برای مدرسه.....               |
| ۴۱  | فصل هشتم: مشکلات حضور در مدرسه.....            |
| ۶۱  | فصل نهم: پیشرفت تحصیلی.....                    |
| ۶۹  | فصل دهم: مشکلات تحصیلی.....                    |
| ۷۷  | فصل یازدهم: اختلال یادگیری.....                |
| ۸۵  | فصل دوازدهم: اختلال بیش فعالی - نقص تمرکز..... |
| ۱۰۱ | فصل سیزدهم: ارتباط با همسالان.....             |
| ۱۱۱ | فصل چهاردهم: فعالیت های فوق برنامه.....        |
| ۱۱۵ | فصل پانزدهم: مدیریت رفتارهای نامطلوب.....      |

|                                                |     |
|------------------------------------------------|-----|
| فصل شانزدهم: اضطراب امتحان                     | ۱۲۱ |
| فصل هفدهم: اینترنت و فضای مجازی                | ۱۳۱ |
| فصل هجدهم: رفتارهای پرخطر                      | ۱۳۵ |
| فصل نوزدهم: بیماری‌های مزمن و ناتوانی‌های جسمی | ۱۴۳ |
| فصل بیستم: فقدان‌ها، حوادث و وقایع آسیب‌زا     | ۱۴۹ |
| فصل بیست‌ویکم: آموزش غیر حضوری                 | ۱۶۹ |
| فهرست منابع                                    | ۱۷۳ |

## پیش گفتار

توجه به سلامت روان کودکان و نوجوانان در دهه‌های اخیر بیش از گذشته مورد توجه سازمان‌های مسئول سلامت، متخصصان این حوزه و خانواده‌ها قرار گرفته است. مراقبت از سلامت روان به ویژه در سنین کودکی و نوجوانی از اهمیت زیادی برخوردار است. آگاهی خانواده‌ها از روش‌های ارتقای سلامت روان فرزندان‌شان می‌تواند از بروز مشکلات و آسیب‌های بعدی پیشگیری نماید. انجمن روان پزشکی کودک و نوجوان ایران تلاش نموده است با بهره‌گیری از دانش و تجربه‌ی اساتید این حوزه، مجموعه‌ای از کتاب‌های کاربردی برای استفاده‌ی والدین و مراقبان عزیز فراهم نماید. در این کتاب‌ها ضمن پرداختن به فرایندهای طبیعی رشد و روش‌های ارتقای سلامت روان کودکان و نوجوانان، مشکلات و چالش‌های اساسی پیش روی پدر و مادرها در زمینه‌های مختلف مطرح و راهکارهای عملی برای کاهش این مشکلات ارائه شده است. امید است این مجموعه مورد توجه و استفاده‌ی والدین گرامی قرار گیرد. در پایان لازم می‌دانم از مشارکت اساتید و همکاری انتشارات کتابسرای میردشتی در این زمینه صمیمانه تشکر نمایم.

با احترام

دکتر جواد محمودی قرائی

رئیس انجمن روان پزشکی کودک و نوجوان ایران