

چالش‌های والدین در رابطه با
بی‌نظمی‌های کودکان و نوجوانان
و شیوه‌های اصلاح آن

مؤلفان:

دکتر محسن ایمانی

عضو هیئت علمی دانشگاه تربیت مدرس

الهام شیروانی



انتشارات پرکاس-۱۳۹۲

سرشناسه	: ایمانی، محسن، ۱۳۳۶ -
عنوان و نام پدیدآور	: چالش‌های والدین در رابطه با بی‌نظمی کودکان و نوجوانان و شیوه‌های اصلاح آن/ مولفان محسن ایمانی، الهام شیروانی.
مشخصات نشر	: تهران: انتشارات پرکاس، ۱۳۹۲.
مشخصات ظاهری	: ۱۶۲ ص.
شابک	: ۷۰۰۰ ریال: 3-03-9410-600-978
وضعیت فهرست نویسی	: فیا
موضوع	: کودکان - انضباط
موضوع	: نظام و بی‌نظمی
شناسه افزوده	: شیروانی، الهام، ۱۳۶۴ -
رده بندی کنگره	: HQ۷۷۷/۴ الف ۹ ج ۲ ۱۳۹۲
رده بندی دیویی	: ۶۴۷/۶۴
شماره کتابشناسی ملی	: ۸۷-۳۱۱۹

چالش‌های والدین در رابطه با بی‌نظمی‌های کودکان و نوجوانان و شیوه‌های اصلاح آن

نویسنده: دکتر محسن ایمانی - الهام شیروانی

چاپ: اطلس

چاپ اول: ۱۳۹۲

شابک: ۳-۳-۹۴۱۰۰-۶۰۰-۹۷۸

قیمت: ۷۰۰۰ ریال

شمارگان: ۵۰۰ جلد



انتشارات پرکاس

تهران - صندوق پستی ۱۱۶-۱۳۹۱۵

تلفن: ۴۴۶۹۰۷۶۱

۱۱	فصل اول: معنا و اهمیت نظم
۱۳	نظم و معنای لغوی
۱۴	معنای اصطلاحی نظم
۱۵	معنای لغوی انضباط
۱۵	معنای اصطلاحی انضباط
۱۶	اهمیت نظم
۲۹	نظم و انضباط از دیدگاه برخی از فیلسوفان و صاحب نظران تعلیم و تربیت
۳۲	ضرورت نظم و انضباط
۳۳	فواید نظم و انضباط
۳۳	نظم و آرامش روانی
۳۶	نظم مانع سردرگمی
۳۶	نظم و سهولت در انجام دادن امور
۳۸	نظم عامل بالارفتن منزلت اجتماعی
۳۹	نظم عامل زیبایی
۴۰	نظم تامین کننده سلامت روانی
۴۰	نظم مانع اتلاف وقت
۴۲	نظم عامل موفقیت

۴۳ نظم و تمرینی برای تنظیم هزینه و صوف پول توجیبی

۴۵ فصل دوم: علل بی‌نظمی و پی آمدهای آن

۴۷ علل بی‌نظمی در کودکان و نوجوانان

۴۷ علل زیستی بی‌نظمی

۴۸ علل ذهنی بی‌نظمی

۴۹ علل عاطفی و روانی بی‌نظمی

۵۱ علل اجتماعی بی‌نظمی

۵۴ علل خانوادگی بی‌نظمی

۵۶ علل مدرسه‌ای بی‌نظمی

۵۸ رسانه‌های گروهی

۶۰ نظم در دوره نوجوانی

۶۰ ویژگی‌های دوره نوجوانی

۶۱ انواع بی‌نظمی‌ها در دوره نوجوانی

۷۱ پی آمدهای عمده بی‌نظمی

۸۹ فصل سوم: راهکارهای نظم بخشیدن در زندگی

۹۱ راهکارهای اختصاصی

۹۱ راهکارهای مربوط به علل زیستی بی‌نظمی

۹۳ راهکارهایی در رابطه با علل ذهنی

۹۳ راهکارهایی مربوط به علل عاطفی و روانی بی‌نظمی

۹۴	راهکارهایی برای مقابله با بی‌نظمی در منزل
۹۶	راهکارهایی برای برخورد با علل مدرسه‌ای بی‌نظمی
۹۸	راهکارهایی برای تحقق نظم از طریق رسانه‌های گروهی
۹۹	تحقق نظم در نوجوانی
۹۹	راهکارهایی برای نحوه برخورد با بی‌نظمی در خوابیدن و بیدار شدن نوجوان
۱۰۰	راهکارهایی برای برخورد با کاهلی در نماز و انجام دادن عبادت نوجوان
۱۰۲	راهکارهایی برای برخورد با بی‌نظمی در اطاق شخصی نوجوان
۱۰۴	راهکارهایی برای رفع بی‌نظمی در پوشش و مرتب بودن البسه نوجوان
۱۰۶	راهکارهایی برای بی‌نظمی و بی‌برنامگی در مطالعه و انجام دادن تکالیف نوجوان
۱۱۰	نحوه برخورد با بی‌نظمی در وقت ورود و خروج نوجوان به منزل
۱۱۱	راهکارهایی برای برخورد با بی‌نظمی نوجوان در اوقات رفتن به میهمانی
۱۱۳	راهکارهایی برای برخورد با بی‌نظمی در رفتن به دبیرستان و کلاس‌ها
۱۱۵	راهکارهایی برای پیش‌گیری از وسواس در نظم
۱۱۶	راهکارهایی در رابطه با اعتراض اطرافیان به بی‌نظمی
۱۱۷	راهکارهایی برای ایجاد زمینه‌های موفقیت از طریق تحقق نظم
۱۱۹	راهکارهای عمومی
۱۲	فنون تحقق نظم
۱۲۱	نحوه نظم بخشیدن به کودکان و نوجوانان
۱۲۲	شروع آموزش نظم از سن مناسب

۱۲۷	الگو گرفتن از والدین
۱۳۲	تحقق نظم اجتماعی
۱۴۰	آموختن نظم به کودک در عمل
۱۴۰	آموختن تدریجی و یا مرحله‌ای نظم
۱۴۱	تشویق و تقویت اعمال منظم کودکان و نوجوانان
۱۴۲	تفهیم نظم
۱۴۳	نظم امری نسبی است
۱۴۴	عوامل اساسی مؤثر در نظم بخشیدن به رفتارهای کودکان و نوجوانان
۱۴۵	نحوه آموختن نظم به کودکان
۱۴۶	کمک به کودکان در نظم
۱۴۹	راهنمایی کودکان جهت تدوین برنامه‌ای منظم در منزل
۱۵۰	تشویق و تقویت رفتار منظم در کودک
۱۵۲	عادت دادن کودکان به نظم
۱۵۲	نشان دادن رابطه بین نظم و برنامه ریزی
۱۵۴	انجام نماز و فرائض دینی به صورت منظم
۱۵۶	بحث و نتیجه گیری
۱۵۹	منابع و مأخذ

مقدمه:

نظم و ترتیب یکی از مهم‌ترین قوانین طبیعت و هستی است. و نظم در زندگی فردی و اجتماعی افراد بسیار مؤثر است و رعایت آن علاوه بر صرفه‌جویی در وقت و هزینه، کیفیت انجام کارها را نیز به مراتب بالا می‌برد. زمانی که تفکر نظم‌گرا در انسان شکل بگیرد، می‌توان امیدوار بود که به جای پی‌گیری شتابزده یک هدف، سعی می‌شود که با نظم و سازماندهی بر ارزش و بازدهی کارها افزوده و هدف را به شکل و راه منطقی دنبال نمایند.

در این راستا، یکی از چالش‌هایی که والدین با آن مواجه هستند، بی‌نظمی‌های فرزندان در خانه است و یکی از مشکلاتی که والدین برای حل آن به مراکز مشاوره مراجعه می‌نمایند و از آن به شدت گله‌مند می‌باشند، مسأله بی‌نظمی فرزندان بوده و گاه این موضوع برای آنان به قدری حاد شده است که دیگر تحمل ملاحظه آن را ندارند و به دلیل بروز بحران به یک مشاور و یا یک روان‌شناس مراجعه می‌نمایند.

با توجه به نقش و اهمیت خانواده، باید گفت که زمانی آرامش، هماهنگی و نظم در یک خانه وجود خواهد داشت که هرچیزی در سر جای خود باشد. یعنی با تفکر منظم و سیستماتیک، امور خانه طراحی و برنامه‌ریزی و اجرا می‌گردد که مهم‌ترین پیام آن تحقق سلامت روانی^۱ در یکایک اعضای یک خانواده می‌باشد. در این اثر تلاش شده است که در فصل نخست به تعریف نظم و انضباط و ضرورت و فواید آن مبادرت نمائیم و در فصل دوم به بررسی علل بی‌نظمی و

^۱ Mental health

انواع بی‌نظمی‌ها در کودکان و نوجوانان و پی‌آمدهای آن پرداخته و در فصل سوم به ارائه راهکارها و نحوه زدودن آن اقدام نمائیم.

بدان امید که والدین گرامی بتوانند با بهره گرفتن از این کتاب در جهت حل مشکلات فرزندان خود به موفقیت‌های لازم در نظم بخشیدن به رفتار فرزندان خویش دست یابند و از صاحب نظران محترم و خوانندگان نکته سنج تقاضا داریم که نویسندگان را از نقادی‌های ارزشمند خود محروم نسازند.

www.ketab.ir