



چگونگی رفتار با نوجوانان

رسول روشن



این کتاب از مجموعه کتاب های سازمان نهضت سواد آموزی
برای نوسودانان است که بر اساس مجوز آن سازمان محترم و به سفارشی
نهاد کتابخانه های عمومی کشور، توسط موسسه انتشاراتی کتاب نشر
به چاپ رسیده است.



عنوان کتاب: چگونگی رفتار با نوجوانان

تدوین: دکتر رسول روشن

ویراستار علمی: دکتر بهمن زندگی

طراح جلد: مجدالدین روستا طسوجی

صفحه آرا: اکرم سادات بنی زهرا

ناشر: موسسه انتشارات کتاب نشر

نوبت چاپ: اول / ۱۳۹۲

شمارگان: ۱۲۰۰۰ جلد

بها: ۲۰۰۰۰ ریال

شابک: 978-600-7150-22-1

آدرس: تهران، زرتشت غربی، کوچه کامییز، نبش طباطبائی رفیعی، پلاک ۱۸،

موسسه انتشارات کتاب نشر، تلفن: ۱۷۰-۸۸۹۷۸۴۱۴

مطالعه

www.imketab.ir

سرشناسه: روشن، رسول

عنوان و نام پدیدآور: چگونگی رفتار با نوجوانان / رسول روشن.

مشخصات نشر: تهران: نهاد کتابخانه‌های عمومی کشور، موسسه انتشارات کتاب نشر، ۱۳۹۲.

مشخصات ظاهری: ۵۶ ص.

شابک: 978-600-7150-22-1

وضعیت فهرست نویسی: فیا

موضوع: والدین و نوجوانان

موضوع: نوجوانان - روان‌شناسی

شناسه افزوده: نهاد کتابخانه‌های عمومی کشور، موسسه انتشارات کتاب نشر

رده بندی کنگره: ۱۳۹۲ ۸۷۹/۹۶/۱۵ HQ

رده بندی دیویی: ۳۰۶/۸۷۴

شماره کتابشناسی ملی: ۲۲۵۶۸۱۴

مقدمه

رهبر معظم انقلاب اسلامی در دیدار با دبیر کل و مدیران ارشد نهاد کتابخانه‌های عمومی کشور در اسفندماه ۱۳۸۹ فرمودند:

«نهاد کتابخانه‌های عمومی با کمک سایر دستگاه‌های فرهنگی و اجتماعی کشور، برنامه‌هایی را طراحی نمایند که همه‌ی ایرانیان اهل مطالعه شوند.» طرح «ایستگاه مطالعه» یکی از برنامه‌های نهاد برای عمومی نمودن و ارتقای سرانه‌ی مطالعه مفید در راستای تحقق رهنمودهای مقام معظم رهبری است. «ایستگاه مطالعه» به معنای آوردن کتابخانه به فضای ترددی مردم بوده و قفسه کتابی با پانزده عنوان کتاب مفید، شامل پنج عنوان کتاب کودک و نوجوان و ده عنوان کتاب مخصوص بزرگسالان است.

کتاب‌های کودک و نوجوان عبارت است از یک عنوان مخصوص کودکان پیش دبستانی، یک عنوان ویژه‌ی کودکان سال‌های آغاز دبستان و یک عنوان برای کودکان سال‌های پایانی دبستان می‌شود. یک عنوان از این کتاب‌ها نیز مخصوص نوجوانان مقطع راهنمایی و عنوان دیگر خاص نوجوانان مقطع دبیرستان لحاظ شده و کتاب‌های بزرگسالان با موضوعاتی نظیر دین، داستان، شعر، خاطره و طنز، خانواده، تاریخ، اندیشه علوم و فنون، ادبیات و دانستنی‌های عمومی و دو عنوان برای بزرگسالان با تحصیلات کمتر از مقطع راهنمایی در نظر گرفته شده است.

هر فرد می‌تواند با مراجعه به این ایستگاه، کتاب مورد علاقه خود را انتخاب و در محل ایستگاه و یا هر محل دیگری مطالعه کرده و حداکثر پس از پانزده روز به همین ایستگاه یا هر یک از ایستگاه‌های مطالعه در سراسر کشور و یا به یکی از کتابخانه‌های عمومی تحت پوشش نهاد کتابخانه‌های عمومی باز گرداند.

در قسمت پایین هر ایستگاه مطالعه، محلی برای بازگرداندن کتاب‌های مطالعه شده تعبیه شده است؛ که در این محل می‌توانید پیشنهادهای خود را برای اجرای بهتر این طرح ارائه نمایید. انتظار مجریان طرح از مردم فهیم و فرهنگ‌مدار ایران اسلامی، دقت در حفظ و نگهداری و تحویل به موقع کتاب است.

چنانچه علاقه‌مند به نگهداری کتاب‌ها برای خود باشید می‌توانید بابت هر جلد کتاب مبلغ دو هزار تومان به حساب ۱۲۳ به نام موسسه انتشارات کتاب نشر نزد بانک تجارت و ملی در کلیه شعب کشور و یا به شماره کارت ملی ۶۰۳۷۹۹۱۱۹۹۵۱۶۵۸۸ و کارت تجارت ۴۴۹۲ ۵۳۹۹ ۶۲۷۳ به نام موسسه انتشارات کتاب نشر وارز کنید.

خیرین عزیز می‌توانند با تامین هزینه یک یا چند ایستگاه مطالعه در طول یک سال و یا تامین منابع آن در راستای تقویت و گسترش طرح، مساعدت لازم را می‌پذول نمایند. شماره تلفن ۰۲۱۹۱۸۸۸ داخلی ۱۱۱ و ۱۱۳ و آدرس اینترنتی mosharekatha@iranpl.ir و آدرس: تهران، خیابان فلسطین، پایین تر از بلوار کشاورز، کوچه شهید ذاکری، پلاک ۹ واحد مشارکت های نهاد، در خدمت پاسخ‌گویی به سوالات این عزیزان خواهد بود.

از آنجا که بعضی از کتاب‌های این طرح در مسابقات فرهنگی کتابخوانی در سطح ملی ارائه می‌شود، می‌توانید از طریق سایت‌های www.iranpl.ir و www.booki.ir اطلاعات تکمیلی را دریافت کنید.

منصور واعظی

دبیر کل نهاد کتابخانه‌های عمومی

فهرست مطالب

۷	مقدمه
۹	ویژگی های کلی نوجوانان
۱۳	تعریف نوجوانی
۱۳	سن بلوغ
۱۵	تغییرات جسمانی در سن نوجوانی
۱۷	واکنش نوجوان به تغییرات جسمانی
۱۹	وظایف والدین
۱۹	کدام دسته از والدین درست عمل می کنند؟
۲۶	تحولات روانی دوران نوجوانی
۲۶	استقلال طلبی نوجوانان
۲۷	چرا نوجوانان نافرمانی می کنند؟
۲۸	توصیه به والدین، برای هدایت استقلال طلبی و نافرمانی نوجوان
۳۰	ویژگی های عاطفی دوره ی نوجوانی
۳۰	ترس
۳۱	انواع ترس های نوجوانی
۳۱	بدشکلی هراسی

۳۲ ترس آموزشی

۳۳ ترس از جدایی پدر و مادر

۳۳ ترس‌های اجتماعی

www.ketab.ir

مقدمه نویسنده

با بالا رفتن سن کودکان و رسیدن به سن نوجوانی، آشنایی بیشتر خانواده‌ها با ویژگی‌های دوران نوجوانی و دقت در نحوه‌ی برخورد با نوجوانان، امری ضروری است. مهم‌ترین فایده‌های آشنایی عبارت‌اند از:

۱. والدین آگاه خواهند شد که فرزندشان با دوران کودکی فاصله گرفته و لازم است نحوه‌ی برخورد با او نیز تغییر کند.
۲. به نوجوان فرصت داده می‌شود که نیازهای واقعی خودش را بشناسد و آنها را با خانواده مطرح کند.
۳. خانواده‌ها نسبت به تغییرات جسمانی نوجوانان توجه می‌کنند و برای حفظ بهداشت جسمانی، آنان را راهنمایی خواهند کرد.

۴. خانواده‌ها نسبت به تغییرات روانی نوجوانان آگاهی پیدا می‌کنند و فرزندان خود را در این زمینه کمک خواهند کرد. ۵. آگاهی خانواده‌ها نسبت به تغییرات جسمانی و روانی نوجوان، باعث کاهش فشارهای دوران بلوغ خواهد شد و در تأمین سلامت و بهداشت روانی او تأثیر به سزایی خواهد داشت. با توجه به فایده‌هایی که برای آشنایی والدین با تغییرات جسمانی، روانی و اجتماعی نوجوانان و... ذکر کردیم، در این کتاب تلاش شده است که این مسائل به زبانی ساده مورد بحث قرار گیرد و راه‌های برخورد والدین با این تغییرات، برای آنان بیان شده است.

امیدوارم با خواندن مطالب این کتاب و با توکل بر خداوند بزرگ، نوجوانانی سالم، مستقل و با ایمان تحویل جامعه دهیم.