

آب کردن یخ رابطه با نوجوان

گردآوری و ترجمه
فریده شهبازی

[۶۳]

سرشناسه: شهبازی، فریده، ۱۳۳۹، گردآورنده، مترجم
عنوان و نام پدیدآور: آب کردن یخ رابطه با نوجوان / گردآوری و ترجمه فریده شهبازی.
مشخصات نشر: تهران: چارچوب، ۱۳۹۲.
مشخصات ظاهری: ۱۲۰ ص.
شابک: ۸۵۰۰ ریال 978-600-94325-0-9

وضعیت فهرست‌نویسی: فیبا
موضوع: والدین و نوجوانان
نوع: نوجوانان - روان‌شناسی
رده‌بندی کنگره: HQ ۷۹۹ / ۱۵ / ۱۳۹۲
رده‌بندی دیویی: ۳۰۶/۸۷۴
شماره کتابخانه ملی: ۳۳۸۹۸۳۳

[۱۶]

نشر چارچوب

آب کردن یخ رابطه با نوجوان
گردآوری و ترجمه: فریده شهبازی
نشر چارچوب، چاپ اول ۱۳۹۲، ۱۶۰ صفحه
لیتوگرافی، چاپ و صحافی: واژه پرداز اندیشه - چاپ اندیشه - ۷۷۱۴۵۰۶

قیمت: ۸۵۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸ - ۶۰۰ - ۹۴۳۲۵ - ۰۹

ISBN: 978-600-94325-0-9

تلفن: ۸۸۴۰۰۴۶۹

Email: f_ks hahbazi@yahoo.com

حق چاپ محفوظ است

مقدمه

آیا شما هم فکر می کنید فرزند نوجوانتان سرکش شده است؟ شب‌ها دیر وقت به خانه برمی گردد یا با همسالان مسئله دار معاشرت می کند؟ از نوع لباس پوشیدن و سر و وضع او راضی نیستید؟ بدون بحث و جدل نمی توانید دو کلمه حرف حساب با هم بزنید؟ آیا فرزندان بیشتر وقت خود را پشت کامپیوتر و در حال چت کردن می گذرانند؟ اگر شما هم درگیر چنین مسائل و مشکلاتی هستید؛ یقیناً، مطالعه ی این کتاب، دریچه ای به رویتان خواهد گشود که به بهبود روابط شما و فرزندان کمک خواهد کرد.

نوجوانی اغلب در دورانی بین کودکی و بزرگسالی اطلاق می شود (تقریباً سنین بین ۱۳ تا ۱۹ سالگی). که اید آن را مرحله ای بسیار مهم از زندگی تلقی کرد. دوره ای که با ویژگی های نام خود از سایر دوران زندگی متمایز می شود. اگر چه همه ی دوران عمر مهم است ولی این دوره به دلیل تأثیرات ناگهانی بر رفتار و دیدگاه فرد و تأثیرات فیزیکی، جسمانی، مهم تر از سایر دوران ها می باشد. سرعت تغییراتی که با رشد جنس همراه است، نوجوانان را از خودشان و از استعدادها و علائقشان نامطمئن می سازد و آنها به شدت احساس بی ثباتی می کنند، احساسی که اغلب با بی تدبیری و ناهنجاری از سوی والدین دریافت می کنند، تشدید می شود.

اگر منصفانه برخورد کنیم، پدر و مادر یک نوجوان بودن، کار ساده ای نیست. با این وجود، تا زمانی که فرزند خودمان به این مرحله از رشد نرسیده، باور و سوسه کننده ای در میان ما والدین وجود دارد که فکر می کنیم

فرزند ما تافته‌ی جدا بافته است و از اینگونه مسائل و مشکلات رفتاری در امان خواهد بود. به خودمان می‌گوییم که نه، فرزند من، هیچ وقت تو روی من نمی‌ایسته و به من جواب بر نمی‌گردونه؛ بچه‌ی من، هیچ وقت تا دیر وقت بیرون نمی‌مونه یا اون هیچ وقت از این لباس‌های جلف که بعضی از جوانان می‌پوشند، نمی‌پوشه. اما دیگر، خیالبافی و رؤیای پردازی کافی است. همه‌ی کسانی که فرزندشان به سنین نوجوانی می‌رسند کم و بیش با این مسایل برخورد می‌کنند.

خدمت‌گیری از ویژگی‌های نوجوانان است. خودمحمور بودن به این معناست که به نوجوانان خود، موجودی خاص می‌پندارد. او خود را فردی استثنایی می‌داند، به همین خاطر پذیرای وی نافرایی می‌یابد. همین طرز تفکر است که باعث می‌شود بیشتر در معرض خطراتی مانند اعتیاد به مواد مخدر و مراوده با دوستان ناباب قرار گیرد.

شاید پدرها و مادرها و کسانی که با نوجوانان سروکار دارند، فکر کنند سر و کله زدن با نوجوان، صبر ایوب می‌طلبد. این حرف خیلی هم بی‌ربط نیست اما این صبر و شکیبایی، ارزش یک عمر را از دست می‌دهد. برای یک پدر و مادر، چه چیز می‌تواند با ارزش‌تر از تربیت فرزندی سالم و صالح باشد؛ پس برای نیل به این هدف با ما همراه شوید. از تما می‌سایه‌ها و غریزاتی که از مطالب آن‌ها در این کتاب استفاده شده و به من در ارائه‌ی راهکارهای مناسب برای والدین، یاری رسانده‌اند؛ صمیمانه، تشکر و قدردانی می‌کنم.

فریده شهبازی

فهرست

- ۹ نوجوان، مسافری از سیاره‌ای دیگر
- ۱۰ تغییر رفتار نوجوانان را جدی بگیرید
- ۱۳ آیا بنظر می‌رسد نوجوان تان از شما متنفر است؟
- ۱۴ حل مشکلات نوجوانان
- ۱۸ چرا نوجوانان اینقدر با والدین خود دعوا می‌کنند؟
- ۲۱ مدرسه‌گریزی
- ۲۲ تعامل با نوجوان
- ۲۱ چطور نوجوان خود را از مواد مخدر دور نگه داریم
- ۲۸ تناسب اندام با مصرف شیشه!
- ۴۰ چگونگی صحبت با نوجوان درباره مسائل جنسی
- ۴۷ چطور نوجوان خود را تربیت کنیم تا شاکرتر باشد

۴۹	چطور با نوجوان خود بر سر نوع لباس پوشیدن کنار بیاایم
۵۳	شکبیایی با نوجوان معجزه می کند
۵۶	چطور با نوجوانان حرف بز نیم
۵۸	نوجوانی و گرایش به جنس مخالف
	شتیامت رایج والدین در گرایش فرزندشان
۶۱	دوستی با جنس مخالف
۶۳	نوجوانان در رنگبندی
۶۵	نوجوانان مشغول به
۷۵	با نوجوان عدل مگر حد کجاست؟
۷۸	نوجوان و عشق های نوجوان
۷۹	چند توصیه برای تعامل با نوجوان
	چگونه نوجوان خود را از تمایل به
۸۳	دور نگاه داریم
۸۸	نوجوانان و تلفن همراه
۹۴	نوجوانان و اینترنت
۱۰۷	حفاظت از کودکان و نوجوانان در مقابل خطرات اینترنت
۱۱۰	توصیه هایی برای جلوگیری از خطرات اینترنت
۱۱۱	فیلم های مستهجن و نوجوانان
۱۱۶	دلایل گرایش نوجوانان به هرزه نگاری
۱۱۸	چند توصیه به والدین
۱۲۰	منابع