

۱۱۲۳۷۹



نوجوانی

گردآورنده:

محمد خرمی

یاسر محمدنیا

سرشناسه	: خرمن، محمد، ۱۳۴۵ -
عنوان و نام پدیدآور	: نوجوانی/ محمد خرمن، یاسر محمدنیا
مشخصات نشر	: نوجورد: آذرین مهر، ۱۳۹۲.
مشخصات ظاهری	: ۲۴۵ ص: مصور.
شابک	: ۶۰۵۰۶۸۸۰۶۰۰۰۹۷۸
وضعیت فهرست نویسی	: فیا
یادداشت	: کتابنامه.
موضوع	: نوجوانان -- روان شناسی
موضوع	: نوجوانی
شناسه افزوده	: محمدنیا، یاسر، ۱۳۴۱ -
رده بندی کنگره	: ۱۳۹۲ ۹۴۰BF/۷۲۴
رده بندی دیویی	: ۶۵۵/۵
شماره کتابشناسی ملی	: ۳۱۴۶۹۱۳

کلیه حقوق چاپ و نشر برای مولف
محفوظ می باشد



نوجوانی

هلف محمد خرمي و ياسر محمد نيا

شعر: آذین مهر

ناظرہ: چاہیے: ابراہیم مفاخری

۶-۵۵-۶۴۸۴-۶۰۰-۹۷. شاکی

نویسندگان: ۱۳۹۴

قیمت : ... تومان

تعداد ۱۰

تهران: خیابان انقلاب - خیابان وحید نظری بین فخر رازی و دانشگاه پلاک ۶۵ طبقه اول - انتشارات آذرین مهر
۰۲۱-۶۶۹۷۸۰۲۹-۳۰

فروشگاه شعاره یکمیدان انقلاب، ضلع جنوب شرقی، روبروی ایستگاه BRT، بازار بزرگ کتاب، زیرین پلاک ۲، بانک کتاب سنجیده
ایران شوع کتاب به تمام نقاط ایران ۰۸۰۰۰-۶۶۴۰۱۰۳۱ (خط)
فروشگاه شعاره دومیدان انقلاب ضلع جنوب شرقی، کنار دره شهر گلشن: ۹۱۲۷۰۶۱۵۹۷

پیشگفتار

عَلَيْكَ بِالْأَخْدَاتِ، فَإِنَّهُمْ أَسْرَعُ إِلَى كُلِّ خَيْرٍ

بر تو باد که به نوجوانان توجه داشته باشی؛ زیرا آنان پیش قدم تر از بزرگسالان در انجام کارهای نیک اند (امام صادق علیه السلام)

به نظر روانشناسان، رشد از مجموعه تغییر و تحولاتی در ابعاد مختلف جسمانی، روانی، اخلاقی، عاطفی و اجتماعی است که از لحظه تشکیل نطفه تا پایان بزرگسالی در انسان رخ می دهد. از آنجا که اکثر تغییر و تحولات فرد در دهان کودکی و نوجوانی صورت می گیرد، لذا روانشناسان رشد نیز در مطالعه رشد، به این دو دوره و بویژه نوجوانی توجه بیشتری دارند.

دوران نوجوانی^۱ از دشوارترین، تنگنا برترین و در عین حال هیجان انگیزترین دوره زندگی یک فرد می باشد. نوجوانی دوره انتقال از کودکی به بزرگسالی بوده که فرد با مشکلات، معارضات و بحران‌های متفاوت همراه خواهد شد. در خلال این دوره، نوجوانان با تغییرات و تحولات سریع جسمی و فیزیکی، بحران بلوغ، مشکلات شخصیتی، بهداشت روانی، شکل‌گیری هویت، مشکلات اجتماعی، موضوعات اخلاقی و دینی مختلف روبرو شده و به نوعی در معرض گم‌گشتگی و ابهام نقش قرار خواهند گرفت. از این رو، ضروری است که هم نوجوانان

^۱ Adolescence

و هم کسانی که با آنها سروکار دارند، از ویژگی های این دوره آگاه باشند تا گذر سلامت نوجوان به دنیای بزرگسالی فراهم آید. بخشی از شناخت نوجوان، شناسایی خطراتی است که سلامت جسمانی و روانی او را تهدید می کند. در عصر ما، دامنه این خطرات از مواد مخدر و بیمار یهای مقاربتی تا اختلالات اضطرابی، افسردگی های خودکشی، گریانه و هواداری از گروه های سیاسی و حتی عضویت در آنها، گسترده است. رهیدن از گستره دام چنین خطراتی مستلزم تلاش نوجوان و والدین و مربیان است.

از یک سو، نوجوان و جوان باید بر شیوه های کنترل و مراقبت از سلامت جسمانی و روانی خود آگاه باشند و با کشف جنبه های ارزنده وجودشان، خود را علیه خطرات، واکسینه کنند. از سوی دیگر، والدین و مربیان باید بیاموزند چگونه نقاط قوت و توانمندی های نوجوانان را ببینند؛ آنها را به نوجوانان نشان دهند؛ در مواجهه با نوجوان بر مثبت نگری تأکید ورزند و در یک کلام بیاموزند چگونه نوجوان را درک کنند. این امر میسر نیست مگر آن که با دریافت آموزش های لازم بیاموزند خود را در جای نوجوان قرار دهند و از دریچه نگاه او به امور بنگرند. به سبب اهمیت شناخت ویژگیهای نوجوانان در کمک به والدین، مربیان و مسئولان امور در شیوه های مواجهه با این نسل آینده ساز جامعه، در این کتاب سعی شده است به بررسی مسائل و مفاهیم اساسی دوره ی نوجوانی پرداخته شود.

فصل اول

۱۰	بلوغ
۱۱	بلوغ زودرس و بلوغ دیرس
۱۱	بلوغ زودرس و دیرس در پسران
۱۲	بلوغ زودرس و دیرس در دختران
۱۵	ورد با 'وغ و نوجوان
۱۶	هویت
۲۴	عوامل اجتماعی در هویت یابی نوجوان
۲۵	روان، گسست جنسی بر هویت
	فصل دوم
۲۸	تحولات در انسان بلوغی
۲۹	جسمانی
۳۴	شناختی
۴۲	عاطفی
۵۰	اجتماعی
۶۱	اخلاقی
۶۶	مخاطرات اخلاقی و سایر مسائل مربوط به نوجوانی
۶۷	افت تحصیلی
۸۴	پر خاشگری
۹۵	اعتیاد
۱۰۴	فرار از خانه
۱۱۸	پیامدهای فرار دختران
۱۵۴	افسردگی
۱۵۹	خودکشی
۱۶۶	اسکیزوفرنی
۱۹۰	اختلال در خوردن
۱۹۸	انحرافات جنسی
۲۲۰	شیوه های برخورد با مشکلات و مسائل دوران نوجوانی
۲۲۲	روابط با همسالان و تاثیرات آن
۲۲۲	نقش والدین در پیشگیری از تاثیرات نامناسب گروه همسالان
۲۳۵	روابط با والدین
۲۳۷	مذهب و نوجوان
۲۴۵	منابع