

نوجوانی

محمد حسین استواری
قباد مردانه

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

نوجوانی

تالیف:

محمد حسین استواری

قباد مردانه



انتشارات موجک



سرشناسه: استواری، محمدحسین، ۱۳۶۷ -

عنوان و نام پدیدآور: نوجوانی / تالیف محمد حسین استواری، قباد مردانه.

مشخصات نشر: تهران: انتشارات موجک، ۱۳۹۶.

مشخصات ظاهری: ۱۳۵ص.

شابک: ۲-۹۴-۸۶۳۴-۶۰۰-۹۷۸، ۲۰۰۰۰۰ ریال

وضعیت فهرست نویسی: فیپا

موضوع: نوجوانان و جوانان

موضوع: Youth

موضوع: جوانی

موضوع: Youthfulness

شناسه افزوده: مردانه، قباد، ۱۳۵۳ -

رده بندی کنگره: ۱۳۹۶ ن ۹۵۲ الف / HQ ۷۹۶

رده بندی دیویی: ۳۰۵/۲۳۵

شماره کتابشناسی ملی: ۴۶۹۹۵۶۷

انتشارات موجک

تلگرام: ۰۹۰۱۷۶۷۲۵۰۲ کانال: telegram.me/mojak1

تلفن مرکز پخش: ۰۲۶۳۲۴۰۳۵۱۶ - ۰۲۶۳۲۴۰۳۵۱۳ - ۰۲۱۶۶۱۲۷۵۹۳

ایمیل: mojakpublication@yahoo.com

سایت: www.mojak.ir

عنوان: نوجوانی

تالیف: محمد حسین استواری، قباد مردانه

طراح جلد: سیده زهرا روشنایی

مشخصات ظاهری: ۱۳۵ صفحه، قطع وزیری

چاپ اول: تابستان ۱۳۹۶، تیراژ: ۱۰۰۰ جلد

قیمت: ۲۰۰۰۰۰ ریال، شابک: ۲-۹۴-۸۶۳۴-۶۰۰-۹۷۸

حقوق چاپ و نشر برای ناشر محفوظ است.



تقدیم به:

تمامی اساتید و دانشجویان رشته‌های مشاوره، روانشناسی و

دوستاناران علم و دانش در سراسر میهن عزیزمان

فهرست مطالب

صفحه

عنوان

مقدمه ۱

فصل اول: تاریخچه و خصوصیات دوران نوجوانی ۳

۱-۱ نوجوانی ۳

۲-۱ تقسیم‌بندی دوره نوجوانی از دیدگاه روان‌شناسان ۵

۳-۱ تعریف بلوغ ۶

۴-۱ بلوغ زودرس و عوامل پیدایش آن ۶

۵-۱ بلوغ دیررس و عوامل پیدایش آن ۸

۶-۱ انواع بلوغ ۸

۷-۱ بلوغ از نگاه فیزیولوژیک ۱۰

۸-۱ علائم بلوغ در پسرها ۱۱

۹-۱ عواملی که انحراف جنسی در نوجوان را به وجود می‌آورند ۱۱

فصل دوم: کودکی زیر بنای رشد شخصیت نوجوانی ۱۳

۱-۲ رشد شخصیت و مراحل آن ۱۳

۲-۲ عوامل تعیین‌کننده شخصیت ۱۵

۳-۲ محیط یا وراثت ۱۶

۴-۲ عوامل خانوادگی ۱۷

فصل سوم: مشکلات نوجوانی ۲۳

- ۱-۳ مشکلات دوران نوجوانی و نحوهٔ مقابله با آن ۲۳
- ۲-۳ عوامل مؤثر در بروز مشکلات دوران نوجوانی ۲۵
- ۳-۳ بحران هویت در نوجوانان ۲۷
- ۴-۳ مشکلات هویت‌یابی ۲۸
- ۵-۳ مشکلات مربوط به رشد جسمانی ۳۰
- ۶-۳ مشکلات مربوط به رشد اجتماعی ۳۰
- ۷-۳ کمک‌های مؤثر برای کاستن مشکلات اجتماعی نوجوان ۳۱
- ۸-۳ خصوصیات نوجوانی که رشد اجتماعی یافته است ۳۲
- ۹-۳ مشکلات خانوادگی و خانه ۳۳
- ۱۰-۳ چگونه مشکلات خانوادگی را کاهش دهیم ۳۴
- ۱۱-۳ مشکلات اخلاقی ۳۶
- ۱۲-۳ مشکلات تحصیلی ۳۷
- ۱۳-۳ شغل و نوجوان ۳۸
- ۱۴-۳ مشکلات انتخاب شغل ۳۹
- ۱۵-۳ مشکلات جنسی ۴۱
- ۱۶-۳ تأثیر عوامل اجتماعی و فرهنگی در نوجوان ۴۱
- ۱۷-۳ افسردگی در نوجوانان ۴۲

فصل چهارم: تربیت جنسی ۴۵

- ۱-۴ معنای تربیت جنسی ۴۵
- ۲-۴ بلوغ و غریزه جنسی ۴۵
- ۳-۴ متعادل کردن غریزه جنسی ۴۶
- ۴-۴ انحراف جنسی در نوجوانان ۴۶
- ۵-۴ آگاهی‌های لازم در زمینه تربیت جنسی ۴۷

۴-۶ عوارض تربیت نادرست جنسی ۴۹

فصل پنجم: عوامل مؤثر بر شکل‌گیری شخصیت نوجوانان (نیازها و آرزوها) ۵۳

۵-۱ عوامل تأثیرگذار بر شکل‌گیری شخصیت نوجوانان ۵۳

۵-۲ نقش همسالان ۵۴

۵-۳ خانواده ۵۶

۵-۴ شکاف بین نسلی ۵۶

۵-۵ رابطه با ناپدری‌ها و نامادری‌ها ۵۷

۵-۶ سبک‌های تربیتی والدین در دوره نوجوانی ۵۸

۵-۷ صمیمیت ۵۸

۵-۸ نیازهای نوجوان ۵۹

۵-۹ روش‌های کمک به نوجوانان برای ارضای نیازهایش ۶۱

۵-۱۰ علایق مهم نوجوانان ۶۲

۵-۱۱ آرزوهای مهم نوجوانان ۶۳

۵-۱۲ نقش والدین در تربیت نوجوان ۶۴

فصل ششم: جوانی و عشق ۶۷

۶-۱ جوان و عشق ۶۷

۶-۲ عشق جوانی ۶۸

۶-۲-۱ عشق تسخیری ۶۸

۶-۲-۲ سن محبوب ۶۹

۶-۲-۳ سن ازدواج ۶۹

۶-۳ رفتارهای ویژه والدین ۷۰

۶-۳-۱ محبت ۷۰

۶-۳-۲ والدین یا خداوندان توقع ۷۲

- ۷۲..... ۳-۳-۶ احساسات جوان را جریحه‌دار نکنید
- ۷۳..... ۴-۳-۶ احساساتی نشوید
- ۷۳..... ۵-۳-۶ سخنرانی نکنید
- ۷۴..... ۴-۶ ارتباط سازنده‌ی والدین و نوجوان
- ۷۶..... ۵-۶ وظیفه والدین در مقابل دوستی‌های نوجوان
- ۷۸..... ۶-۶ دوستی با جنس مخالف
- ۸۱..... ۷-۶ انتظارات نوجوانان از والدین
- ۸۲..... ۸-۶ چگونه به نوجوان کمک کنیم؟

فصل هفتم: رفتارهای پرخطر

- ۸۵..... ۱-۷ خطر یاریسک
- ۸۷..... ۲-۷ رفتارهای تغذیه‌ای ناسالم
- ۸۹..... ۳-۷ فعالیت‌های فیزیکی ناکافی
- ۹۲..... ۴-۷ مصرف دخانیات
- ۹۳..... ۵-۷ مصرف مواد اعتیادآور و داروها
- ۹۴..... ۱-۵-۷ دسته‌بندی جدید مواد اعتیادآور
- ۹۴..... ۲-۵-۷ علل گرایش جوانان و نوجوانان به مصرف مواد اعتیادآور
- ۹۹..... ۳-۵-۷ نشانه‌های مصرف مواد اعتیادآور در نوجوانان و جوانان
- ۱۰۰..... ۶-۷ مواد اعتیادآور
- ۱۰۴..... ۷-۷ مواد استروئیدی (هورمون‌های اندروژنی - بدنسازی)
- ۱۰۴..... ۸-۷ مصرف الکل و نوشیدنی‌ها در دوران نوجوانی و جوانی
- ۱۰۶..... ۹-۷ نوشابه‌های انرژی‌زا
- ۱۰۷..... ۱۰-۷ دوپینگ و استفاده نابجا از داروها
- ۱۰۹..... ۱۱-۷ رفتارهای جنسی پرخطر، بیماری‌های مقاربتی و HIV
- ۱۱۱..... ۱۲-۷ عفونت‌های جنسی قابل انتقال

- ۱۱۲ راه‌های انتقال ایدز ۱-۱۲-۷
- ۱۱۳ علل استعداد بیشتر جوانان به آلوده شدن به ویروس HIV و ابتلا به ایدز ۲-۱۲-۷
- ۱۱۴ بزهکاری و فرار از خانه در نوجوانان ۱۳-۷
- ۱۱۵ علل و عوامل بزهکاری ۱-۱۳-۷
- ۱۱۶ پیشگیری از بزهکاری ۲-۱۳-۷
- ۱۱۸ فرار از خانه ۱۴-۷
- ۱۱۹ انواع فرار از خانه ۱-۱۴-۷
- ۱۱۹ علل و انگیزه‌های فرار ۲-۱۴-۷
- ۱۲۰ استفاده نادرست از وسایل نقلیه موتوری ۱۵-۷
- ۱۲۲ خشونت در مدارس ۱۶-۷

فصل هشتم: تئوری اجتماعی _ روانی اریکسون ۱۲۵

- ۱-۸ معرفی تئوری اجتماعی - روانی اریکسون ۱۲۵
- ۱-۱-۸ مرحله اعتماد در برابر بی‌اعتمادی (بدو تولد تا یک سالگی) ۱۲۵
- ۲-۱-۸ مرحله خودمختاری در برابر شک و تردید (۳-۲ سالگی) ۱۲۶
- ۳-۱-۸ مرحله ابتکار در برابر احساس گناه (۵-۴ سالگی) ۱۲۶
- ۴-۱-۸ مرحله سازندگی در برابر احساس حقارت (۱۱-۶ سالگی) ۱۲۷
- ۵-۱-۸ مرحله احساس هویت در برابر آشفتگی (نوجوانی) ۱۲۷
- ۶-۱-۸ مرحله صمیمیت در برابر کناره‌گیری (جوانی) ۱۲۷
- ۷-۱-۸ مرحله مولد بودن در برابر رکود و بی‌حاصلی (دوره میان‌سالگی) ۱۲۸
- ۸-۱-۸ مرحله یگانگی من در برابر یاس و نومیدی (دوره پیری) ۱۲۸
- ۲-۸ توسعه مفهوم «هویت در برابر آشفتگی» در ارتباط با تئوری اریکسون توسط جیمز مارسیا ۱۲۸
- ۱-۲-۸ آشفتگی نقش ۱۳۰
- ۲-۲-۸ سلب حق شدن یا هویت زودرس ۱۳۰

۱۳۱ ۳-۲-۸ تاخیر در کسب هویت

۱۳۲ ۴-۲-۸ کسب هویت موفق

۱۳۳ منابع

مقدمه

نوجوانی دوره‌ای است که ما بین کودکی و بزرگسالی قرار دارد. در جوامع مدرن، مهارت‌هایی که نوجوانان باید در آن‌ها تسلط یابند به قدری دشواراند و انتخاب‌هایی که با آن‌ها مواجه می‌شوند به قدری متنوع هستند، که نوجوانی تقریباً ده سال ادامه می‌یابد. اما در سراسر جهان، تکالیف اساسی این دوره مشابه‌اند. نوجوان باید بدن بالغ خود را بپذیرد، شیوه‌های تفکر بالغ را فرا گیرد، استقلال مالی و عاطفی کسب کند، روش‌های پخته‌تر برقراری رابطه با همسالان هر دو جنس را بیاموزد و هویتی کسب کند: که بتواند به درک مطمئنی از این که او از لحاظ جنسی، اخلاقی، سیاسی و شغلی کیست برسد.

نوجوانی با بلوغ جنسی مشخص می‌شود: طغیان رویدادهای زیستی که به بدن بالغ و رشد جنسی می‌انجامد. نوجوانی تفکر انتزاعی را به همراه دارد که زمینه جدیدی را برای یادگیری آماده می‌سازد. نوجوانان می‌توانند اصول علمی دشوار را درک کنند با مسائل اجتماعی و سیاسی دست و پنجه نرم کنند، به معنی نهفته شعر یا داستان پی ببرند و به صورت کاملاً انعطاف‌پذیر و خلاق خود را با محیط پیرامون سازگار کنند، لذا در این کتاب هر آنچه را نوجوان و والدین او در رابطه با این مقطع حساس سنی باید بدانند مورد بررسی قرار داده‌ایم. به تاریخچه و خصوصیات دوران نوجوانی، تقسیم‌بندی‌های دوران نوجوانی از دیدگاه روان‌شناسان، تعریف بلوغ و انواع آن و نگاه فیزیولوژیک به مسأله بلوغ، علائم بلوغ در پسرها و عوامل انحراف جنسی در نوجوانان پرداخته شده است.

سپس مطالب مربوط به رشد شخصیت از دیدگاه علم روانشناسی، مشکلات دوره نوجوانی، تربیت جنسی، عوامل تأثیرگذار بر شکل‌گیری شخصیت نوجوانان، بررسی نیازها و آرزوهای آنان، رفتارهای پرخطری که ممکن است در این دوره بروز کند که خود شامل مواردی نظیر مصرف مواد مخدر، مواد توهم‌زا و ... مورد بررسی قرار گرفت و در پایان خلاصه‌ای از تئوری اجتماعی - روانی اریکسون برای آشنایی شما با مراحل رشد، که نوجوانی هم زیرمجموعه‌ای از این مراحل است

آورده شده است. باشد که توانسته باشیم در جهت رشد و ارتقاء سلامت جامعه خود، گامی هر چند ناچیز برداشته باشیم.

محمد حسین استواری، قباد مردانه

تابستان ۱۳۹۶

نوجوانی دوره‌ای است که ما بین کودکی و بزرگسالی قرار دارد. در جوامع مدرن، مهارتهایی که نوجوانان باید در آنها تسلط یابند به قدری دشواراند و انتخاب‌هایی که با آنها مواجه می‌شوند به قدری متنوع هستند، که نوجوانی تقریباً ده سال ادامه می‌یابد. اما در سراسر جهان، تکالیف اساسی این دوره مشابه‌اند. نوجوان باید بدن بالغ خود را بپذیرد، شیوه‌های تفکر بالغ را فرا گیرد، استقلال مالی و عاطفی کسب کند، روش‌های پخته‌تر برقراری رابطه با همسالان هر دو جنس را بیاموزد و هویتی کسب کند: که بتواند به درک مطمئنی از این که او از لحاظ جنسی، اخلاقی، سیاسی و شغلی کیست برسد.