

# مَزْرَعَةُ أَفْتَابِ گَرْدَانِ

مهارت‌های «تربیت‌دینے نوجوانان» در خانواده

یزدان رضاعانی



نشر قیسات

سرشناسه رضوانی، یزدان

عنوان و نام پدیدآور: مزرعه آفتابگردان، مهارت‌های تربیت دینی نوجوانان در بستر خانواده / نویسنده یزدان رضوانی، ویراستار راضیه حقیقت، مشخصات نشر: اصفهان، انتشارات قیسات، ۱۳۹۵.

مشخصات ظاهری: ۱۶۵ ص، ۱۶۵×۲۱/۵ س.م.

فروست: مهرستان، ۱۲.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۸۴۴۱-۱۴-۴

وضعیت فهرست نویسی: فنیبا

یادداشت: کتابنامه: ص. ۱۶۴ - ۱۶۵؛ همچنین به صورت زیرنویس.

عنوان دیگر: مهارت‌های تربیت دینی نوجوانان در بستر خانواده.

موضوع: تعلیمات دینی برای نوجوانان موضوع: Religious education of teenagers

موضوع: تربیت خانوادگی -- جنبه‌های مذهبی -- اسلام

موضوع: Domestic education -- Religious aspects -- Islam

موضوع: والدین و نوجوانان -- جنبه‌های مذهبی -- اسلام

موضوع: Parent and teenager -- Religious aspects -- Islam

رده بندی کنگره: ۱۲۹۵ م ۴/۶ BP2۵۳

رده بندی دیویی: ۲۹۷/۶۴۴

شماره کتابشناسی ملی: ۴۵۹۳۰۴۸

مزرعه آفتابگردان، مهارت‌های تربیت دینی نوجوانان در بستر خانواده

نویسنده: یزدان رضوانی

ویراستار: راضیه حقیقت از: راستار

مدیر هنری: حامد مغروری

طراح جلد و صفحه آرا: زینب ربانی

ناشر: قیسات

چاپ: اول، ۱۳۹۵

شمارگان: ۳۰۰۰ جلد

قیمت: ۱۰۰۰۰ تومان

تارنما: [www.mehrestan.ir](http://www.mehrestan.ir)

رایانامه: [mehr@mehrestan.ir](mailto:mehr@mehrestan.ir)

سامانه: ۰۱۰۰۷۹۶۲۱۰۰۳۰۰

نشانی: اصفهان، خیابان مسجد سید، خیابان آیت الله زاهد، کوچه ۱۵، پلاک ۲۹

کد پستی: ۸۱۳۶۹۵۵۱۳۷

شماره تماس: ۰۳۱-۳۲۳۶۸۷۵۵، ۰۹۳۷۰۰۱۲۹۰۰

تمامی حقوق چاپ و نشر این اثر برای نشر قیسات محفوظ است.

## سخن آغازین

با هم دانش‌بان‌ها و ظرفت‌هایش، شیرین‌ترین کار عالم «تربیت» است و مهم‌ترین ضرورت، «خانواده». خانواده اگر «خانواده» باشد، تربیت شیرین می‌شود و بی‌معنی همان‌طور که ما نفس می‌کشیم، در خانواده هم تربیت می‌شویم؛ بی‌آنکه به آن حکم و بدانیم چه می‌شود.

مرکز «احیاء اندیشه» (سیرت‌نوی) مجموعه‌ای است مردم‌نهاد و خدمتگزار در کارهای خیر. تمرکز این مرکز تربیت و تعلیم است، آن هم با رویکرد اسلامی و عقلانی و با محوریت زیربنایی‌ترین نهاد تربیت یعنی خانواده.

وجهه همت ما مهارت‌آموزی به خانواده‌هاست و مایه حرکت ما استفاده هوشمندانه از ابزارهای حمایتی؛ از این رو، طرح «مهرستان» را پایه‌ریزی کردیم تا در پیمودن این مسیر مقدس، بتوانیم منظم و هدف‌مند و به‌یادماندگار پیش برویم. «مهرستان» فقط مخفف «محصولات هنری رسانه‌ای» نیست، بلکه اسم مکانی است برای آموختن مهرورزی در خانه و گرمابخشی به کانون خانواده.

ابزار ما در این راه پرفراز و بی‌نشیب چیست؟ از بین همه راه‌های ممکن، با «یار مهربان» به یاری خانواده‌ها آمده‌ایم؛ با همان آشنای پرسخاوتی که صدها نسل بشر را معلم و پرورده و فروتنانه با ذهن و ضمیرشان درهم تنیده است.



بله، با کتاب آمده‌ایم و بر این باوریم که با همه تنوع ابزارهای دیجیتال و گرایش جنون‌آمیز انسان امروز به آن‌ها، هیچ چیز جای کتاب را نمی‌گیرد! اثبات ساده این مدعا را در رشد کتاب‌های کاغذی، در همین سال‌ها و حتی در کشورهای صنعتی، می‌توان سراغ گرفت. خوشبختانه این یار مهربان، هنوز هم به آدم‌ها وفادار مانده و به چنان گنجینه سرشاری به شمار می‌رود که پاسخ‌گوی نیازهای رنگارنگ مخاطبانش است؛ بماند که مدتی است با این یار مهربان نامهربانی می‌کنیم!

به دنبال کارهای ارزشمند ماندگار بوده‌ایم که حضورمان را در این عرصه معنا ببخشد و بر جای ماندگار اثری مانا به جای گذارد. سرانجام صدها نفر ساعت پایش و پویش، به معماری «پارچ خندان» ده‌محور «مهرستان» انجامید که یکی از میوه‌هایش اکنون در دستان شماست.

با وسواسی خاص، ادله و دلایل کار را تعیین کردیم تا شاخص ارزیابی باشند و بازتاب دغدغه‌مندی ما:

۱. تلاش فعالان این طرح و همه تولیدات آن، تمام وقت و تمام قد، در خدمت خانواده‌هاست و تمام آثار و خدمات بر محور نیازهای اعضای خانواده شکل می‌گیرد.

۲. گام‌های اجرایی را کاملاً علمی و منطقی طراحی کرده‌ایم تا دانش‌پژوهان بتوانند محکم بهره‌مند باشد؛ برای نمونه، نرم‌افزار قدرتمند و جامع مدیریت سیستمی را در مسیر تصمیم‌سازی و تصمیم‌گیران و آماده‌سازی آثار، به کار برده‌ایم.

۳. آثاری باید تولید و ترویج شوند که حقیقتاً مورد نیاز باشند و نوآورانه و مشکل‌گشایانه به طرح مسائل بپردازند؛ از این رو، هم به درون‌مایه‌هایی عالمانه و مبتنی بر آموزه‌های دین اسلام توجه داریم و هم به قالب‌هایی شیوا و جذاب

در انتقال آن‌ها، انتظارمان تا بدان حد است که معادل و مشابهی برای آن آثار، براساس رویکرد انتخاب شده، برای انسان عصر حاضر به ویژه نسل جوان وجود نداشته باشد. در این راستا و برای دستیابی به گنجینه اطلاعات جامع در این موضوع، طرح «اطلس سواد خانواده» در دست تدوین است.

۴. با رغ از شهرت اسمی افراد، از نویسندگانی دعوت به همکاری کردیم که نه تنها از استانداردهای تعریف شده در طرح برخوردار باشند، بلکه توصیه‌های نکته‌سنجانه و موشکافانه درباره موضوع مدنظر را در انبان دانش و تجربه خویش بیاورند؛ البته از قلم جوان‌ترهای خوش‌آتیه نیز غافل نماندیم.

۵. غنای زیربنای و کیفیت برای «مهرستان» چنین اقتضا می‌کرد که متخصصان ممتاز در حوزه‌های مختلف ادبی و زنجیره تولید مشارکت دهیم: بهره‌مندی از اطلاعات طرح جامع، الیست، خانواده و هیئت علمی بصیر برای انتخاب موضوع و نویسنده، ارزیابان کاربلد را برای انتخاب افراد زیادی از میان جامعه مخاطب هر یک از کتاب‌ها برای ارزیابی آثار رسیده براساس شاخص‌های تعریف شده، هنرمندان طبع‌شناس برای یافتن نام کتاب‌ها، وب‌استاران فعال‌ترین نهاد ویرایشی ایران، طراحان و صفحه‌آرهای خوش‌فریه، نمونه‌خوانی چندباره آثار به منظور اصلاح ایرادهای احتمالی در مراحل پایانی تهیه، تیمی متخصص در صنعت چاپ، چاپخانه‌های کارگشته و مجهز، فعالان حیطه تبلیغ و اطلاع‌رسانی و مدیریت فروش، متفکران دلسوز برای انگیزه‌آفرینی و اسباب‌سازی برای مطالعه کتاب و....

۶. گوشه چشمی هم داریم به میراث مکتوب گران‌بهای گذشتگان با موضوع خانواده، از راه بازآفرینی و بازنویسی آن‌ها متناسب با نیازها و اقتضائات انسان

معاصر، تا عطر نام و یادشان و خوشه چینی از خرمن معرفتشان، ذائقه مشتاقان را پُر حلاوت کند.

۷. درست است که این طرح برای امکان تداوم بلندمدتش، باید از نظر منابع مالی مستقل و خودگردان باشد، اما به پشتوانه خیراندیشانی که چراغ این راه را روشن کرده‌اند، کاملاً غیرانتفاعی خواهد ماند و عوایدی را که احتمالاً به دست می‌آید، در فرایند تولید و ترویج آثار فاخر فرهنگی بازهزینه می‌کنیم. به این رضوخ، در طرح مصوب و تمامی قراردادها تصریح شده است.

۸. بزرگترین معضل امروز ما در حوزه کتاب و کتاب خوانی، نبودن آثار فاخر و مناسب نیست؛ بلکه ضعف بودن فرهنگ مطالعه در بین اقشار جامعه به ویژه خانواده‌هاست. مکان‌های فعالیت‌هایمان تنها به این سمت نشانه می‌رود که این آثار خوانده شدند و این مهم‌های خانواده‌ها را در زندگی افزایش دهند. به همین منظور، طرح «مطالعه آثار» با توجه به راهبردهای عملی در بستر خانواده، تهیه شده و در حال پیگیری است.

۹. توجه داریم که بی‌اعتنایی به ابزارهای غیرکتابی راهبرد درستی نیست؛ تولید کتاب‌های صوتی، محصولات تصویری، نرم‌افزارهای رایانه‌ای و تلفن همراه، حضور در شبکه‌های مجازی و اینترنتی، ترجمه آثار را نیز مدنظر خواهد بود. برای تنومند شدن این نهال نوپا، نظارت مستمر و ارزیابی همه‌جانبه‌نا است. از ابتدا تا انتهای این طرح، بازخوردگیری و اصلاح مناسب و به موقع مشکلات احتمالی در دستور کار خواهد بود.

۱۱. طرح‌ها و برنامه‌های موفق دیگر فعالان در این عرصه‌ها را برای الگوگیری و مقایسه، رصد کرده و می‌کنیم. خود نیز یافته‌ها و بر ساخته‌هایمان را حاضریم

به رایگان پیشکش رهروان این وادی کرانه نابردار کنیم تا ضمن هم افزایی در  
بینش ها و دانش ها، بتوانیم با موج آفرینی، خیراندیشان فرهنگی را متقاعد کنیم  
که پا به این عرصه بگذارند.

آنچه خواندید، همه حرف هایی نبود که گفتنی بود؛ به قدر دقیقه های چندین  
سال، حرف و تجربه و خاطره و نکته هست؛ اما نباید و نشاید که سخن آغازین  
را به درازا بکشیم. فقط اینکه حساسیت موضوع و فرهیختگی خواننده، به ما  
انگیزه می دهد که بارها و بارها درون مایه، قالب، مراحل تولید و توزیع را بازبینی  
کنیم تا آنی فارغ از زشمند را تقدیم نگاه و نگرش بلند شما گرامیان نماییم  
و مشتاقانه منتظریم تا با دریافت دیدگاه های شما سروران عزیز به آدرس  
info@mehrestan.ir پیش اریش مرهون مهربانی هایتان گردیم.

بر آستان جانانی سر سپاس خروید می آوریم که توفیق، رفیق طریقمان کرد تا  
دوره امانت داده شده در مزرعه نیایش، خوشه چینی از خرمن ارباب و اصحاب  
فرهنگ و اندیشه بگذرانیم و آنگاه با بطفی دوستان، ما را و امدار فضل بی کرانش  
کرد تا در طرح پربرکت «مهرستان» بتوانیم با ترویج محصولات فرهنگی  
و تربیتی، مدال افتخار برگردن بیاویزیم. آری «تربیت و تعلیم» هدف اصلی  
آمدن پیامبران و جان مایه کتاب های آسمانی بوده است: «بَرَكْهُمْ وَ يَعْلَمُهُمْ» و  
ما نیز به راه پیمایی و نفس کشیدن در این وادی مفتخریم. از تک به تک، سروران  
ارجمندی که ذره پروری کردند و گام به گام مسیر را هم شانه ما شدیم، رسم  
ادب، خاضعانه سپاسگزاریم.

عیشتان مدام، ایام به کام، عزت مستدام  
مرکز احیاء اندیشه و سیره علوی



|                                                            |           |
|------------------------------------------------------------|-----------|
| درآمد                                                      | ۱۸        |
| <b>فصل اول: کلیات</b>                                      | <b>۲۰</b> |
| دریچه‌ای بر مباحث این فصل                                  | ۲۴        |
| مبانی تربیت                                                | ۲۵        |
| نقش خانواده در تربیت                                       | ۲۶        |
| نوجوانی چیست                                               | ۳۰        |
| ویژگی‌های دوران نوجوانی                                    | ۳۱        |
| ۱. تحولات جسمانی نوجوان                                    | ۳۱        |
| ۲. تحولات عقلی نوجوان                                      | ۳۲        |
| ۳. تحولات عاطفی نوجوان                                     | ۳۲        |
| ۴. تحولات اجتماعی نوجوان                                   | ۳۴        |
| تمام فصل در یک نگاه                                        | ۳۵        |
| <b>فصل دوم: اصول و عوامل مهم و اثرگذار در تربیت نوجوان</b> | <b>۳۷</b> |
| دریچه‌ای بر مباحث این فصل                                  | ۳۸        |
| ۱. تربیت الگویی                                            | ۳۹        |
| فوائد تربیت الگویی                                         | ۴۰        |
| وظیفه خانواده                                              | ۴۱        |
| ۱. تربیت عملی                                              | ۴۱        |
| ۲. معرفی الگو به نوجوان                                    | ۴۵        |
| ۳. محبت                                                    | ۵۰        |
| ۴. کرامت                                                   | ۶۲        |
| ۵. دوستان                                                  | ۶۶        |



|                             |    |
|-----------------------------|----|
| ۶. تأثیر روزی خلال در تربیت | ۷۹ |
|-----------------------------|----|

|                     |    |
|---------------------|----|
| تمام فصل در یک نگاه | ۸۰ |
|---------------------|----|

|                               |           |
|-------------------------------|-----------|
| <b>فصل سوم: تربیت اعتقادی</b> | <b>۸۱</b> |
|-------------------------------|-----------|

|                           |    |
|---------------------------|----|
| دریچه‌ای به مباحث این فصل | ۸۲ |
|---------------------------|----|

|       |    |
|-------|----|
| تبیین | ۸۳ |
|-------|----|

|                     |    |
|---------------------|----|
| آمادگی مذهبی نوجوان | ۸۶ |
|---------------------|----|

|                        |    |
|------------------------|----|
| نیازهای اعتقادی نوجوان | ۸۹ |
|------------------------|----|

|              |    |
|--------------|----|
| وظایف والدین | ۹۰ |
|--------------|----|

|                         |    |
|-------------------------|----|
| اهکار انتقال معارف دینی | ۹۵ |
|-------------------------|----|

|             |    |
|-------------|----|
| تأثیر تربیت | ۹۶ |
|-------------|----|

|                                |     |
|--------------------------------|-----|
| عوامال انحراف و انحراف اعتقادی | ۱۰۰ |
|--------------------------------|-----|

|                                                      |     |
|------------------------------------------------------|-----|
| ۱. ضعف عقایدی و سطحی بودن شناخت نوجوان از مسائل دینی | ۱۰۰ |
|------------------------------------------------------|-----|

|                                     |     |
|-------------------------------------|-----|
| ۲. سرخستگی از مسائل افراد مذهبی نما | ۱۰۱ |
|-------------------------------------|-----|

|                     |     |
|---------------------|-----|
| ۳. برجستگی زردن نما | ۱۰۱ |
|---------------------|-----|

|                           |     |
|---------------------------|-----|
| ۴. تأثیرپذیری از معارف ان | ۱۰۲ |
|---------------------------|-----|

|                 |     |
|-----------------|-----|
| ۵. تمایلات غربی | ۱۰۲ |
|-----------------|-----|

|                              |     |
|------------------------------|-----|
| ۶. میل به استقلال از خانواده | ۱۰۳ |
|------------------------------|-----|

|                                    |     |
|------------------------------------|-----|
| روش مواجهه والدین با انحرافات دگری | ۱۰۳ |
|------------------------------------|-----|

|                                            |     |
|--------------------------------------------|-----|
| ۱. پرهیز از هرگونه اقدام شتاب زده و هیجانی | ۱۰۳ |
|--------------------------------------------|-----|

|                      |     |
|----------------------|-----|
| ۲. ریشه یابی و درمان | ۱۰۳ |
|----------------------|-----|

|                                            |     |
|--------------------------------------------|-----|
| ۳. تقویت محبت خدا و اهل بیت (علیهم السلام) | ۱۰۴ |
|--------------------------------------------|-----|

|                      |     |
|----------------------|-----|
| راهکارهای ایجاد محبت | ۱۰۶ |
|----------------------|-----|

|               |     |
|---------------|-----|
| ۴. پذیرش قلبی | ۱۱۳ |
|---------------|-----|

|                     |     |
|---------------------|-----|
| تمام فصل در یک نگاه | ۱۱۴ |
|---------------------|-----|

|                                |            |
|--------------------------------|------------|
| <b>فصل چهارم: تربیت اخلاقی</b> | <b>۱۱۵</b> |
|--------------------------------|------------|

|                           |     |
|---------------------------|-----|
| دریچه‌ای به مباحث این فصل | ۱۱۶ |
|---------------------------|-----|

|              |     |
|--------------|-----|
| تربیت اخلاقی | ۱۱۷ |
|--------------|-----|

|                    |     |
|--------------------|-----|
| تفکر اخلاقی نوجوان | ۱۱۸ |
|--------------------|-----|

|                                                              |     |
|--------------------------------------------------------------|-----|
| وظایف والدین: آشنا کردن نوجوان با آموزه‌ها و معیارهای اخلاقی | ۱۱۹ |
|--------------------------------------------------------------|-----|

|                                      |     |
|--------------------------------------|-----|
| پرورش گرایش‌ها و عادت‌های خوب اخلاقی | ۱۲۲ |
|--------------------------------------|-----|

|                                                               |            |
|---------------------------------------------------------------|------------|
| مراقبه و محاسبه                                               | ۱۲۲        |
| آموزش غیرمستقیم                                               | ۱۲۳        |
| تربیت جنسی                                                    | ۱۲۴        |
| بلوغ جنسی                                                     | ۱۲۴        |
| وظایف والدین                                                  | ۱۲۶        |
| انحراف جنسی                                                   | ۱۲۸        |
| وظایف والدین برای پیشگیری از انحرافات جنسی، به ویژه خودارضایی | ۱۳۰        |
| تربیت جنسی و حیا                                              | ۱۳۰        |
| تمام فصل در یک نگاه                                           | ۱۴۰        |
| <b>فصل پنجم: تربیت عبادی</b>                                  | <b>۱۳۱</b> |
| دینهای مساحت این فصل                                          | ۱۴۲        |
| ضوابط و احکام خانواده به نماز                                 | ۱۴۴        |
| والیف الدین                                                   | ۱۴۵        |
| آشنایی والدین با تحولات رفتاری دوران نوجوانی                  | ۱۴۵        |
| تدریج و آماده سازی                                            | ۱۴۸        |
| برپایی جشن تکلیف                                              | ۱۴۹        |
| جشن تکلیف سید الطاهر                                          | ۱۵۰        |
| پرهیز از سخت گیری                                             | ۱۵۲        |
| پرهیز از اجبار و تحمیل                                        | ۱۵۳        |
| افراط و تفریط های نوجوانی                                     | ۱۵۳        |
| پرورش عواطف و احساسات دینی                                    | ۱۵۵        |
| تأمین خواسته های معقول و نیازهای نوجوان                       | ۱۵۵        |
| شرایط دعوت نوجوان به نماز                                     | ۱۵۶        |
| در نظر گرفتن آمادگی روانی نوجوان                              | ۱۵۶        |
| آماده کردن محیط                                               | ۱۵۶        |
| دعوت با احترام و تکریم                                        | ۱۵۷        |
| سستی نوجوان در انجام تکالیف دینی                              | ۱۵۸        |
| علل و ریشه های سستی                                           | ۱۵۸        |
| روش برخورد والدین در هنگام کوتاهی فرزندان                     | ۱۵۹        |
| تمام فصل در یک نگاه                                           | ۱۶۲        |
| کتابنامه                                                      | ۱۶۴        |