

بسم الله الرحمن الرحيم

سواد رسانه‌ای و چالش‌های نوجوانی

راهنمای و تدوین ارتباط با نقش فناوری‌های نوین در زندگی نوجوانان



انتشارات پرکاس-۱۳۹۵

شیروانی، الهام، ۱۳۶۴ -	شناسایی
سواد رسانه‌ای و چالش‌های نوجوانی : راهتمای والدین در ارتباط با نقش فناوری‌های نوین در زندگی نوجوانان/الهام شیروانی.	عنوان و امضا
تهران: انتشارات پرکاس، ۱۳۹۵.	مشخصات نشر
۱۵۱: جدول.	مشخصات ظاهری
978-600-۱۶۹۱۳-1	شابک
فیبا	وضعیت فهرست نویسی
نوجوانان: -- روانشناسی	موضوع
Adolescence psychology	موضوع
سواد رسانه‌ای	موضوع
Media literacy	موضوع
فضای مجازی -- جنبه‌های اجتماعی	موضوع
Cyberspace -- Social aspects	موضوع
دل آرام، کیوشن، ۱۳۵۵ -، ویراستار	شناسه افزوده
BF۷۷۲۴/س۹ ۱۳۹۵	رده بندی کنگره
۱۵۵/۵	رده بندی دیویی
۴۴۹۵۲۲۷	شماره کتابشناسی ملی

سواد رسانه‌ای و چالش‌های نوجوانی

راهنمای والدین در ارتباط با نقش فناوری‌های نوین در زندگی نوجوانان

نویسنده: الهام شیروانی

ویراستار: کیوشن دل‌آرام

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۴۶۹-۲۳-۱

چاپ اول: ۱۳۹۵

شمارگان: ۲۰۰ جلد

چاپ: اطلس

www.ketab-2.ir

انتشارات پرکاس



تهران - صندوق پستی ۱۱۶-۱۳۹۱۵

تلفن: ۴۴۶۹۰۷۶۱

فصل اول: نوجوانی و بلوغ

۱۱	مفهوم نوجوانی
۱۲	تعریف نوجوانی
۱۴	مبانی نوجوانی
۲۰	مفهوم بلوغ
۲۵	دیدگاه صاحب نظران در مورد بلوغ و نوجوانی
۲۶	افلاطون
۲۶	ارسطو
۲۷	ژان ژاک روسو
۳۰	گرائویل استانی هال
۳۲	آرنولد گزل
۳۵	اریک اریکسون
۳۸	لارنس کلبرگ
۴۰	انواع بلوغ
۴۵	بلوغ جسمی
۴۸	بلوغ عاطفی و روانی
۵۱	بلوغ اجتماعی
۵۱	بلوغ شرعی

فصل دوم: ویژگی‌های نوجوانان

۵۳	ویژگی‌های جسمانی
۵۵	تحولات بیولوژیکی در دستگاه جنسی دختران
۵۶	نگاه نوجوان نسبت به تغییرات جسمانی
۵۷	ویژگی‌های ذهنی و روانی
۵۷	رشد رایندهای ذهنی و روانی در نوجوان
۵۹	نحوه مواجهه روانی نوجوان
۶۴	آرزو و ایده‌آل‌های نوجوان
۶۷	نوجوان و خانواده
۶۸	مشکلات نوجوان با خانواده
۶۹	نقش مادر در ارتباط با نوجوان
۷۰	نقش پدر در ارتباط با نوجوان
۷۱	دوستی‌های نوجوان
۷۴	همسالان و رشد اجتماعی نوجوان

فصل سوم:

مشکلات دوران نوجوانی و تاثیرات فناوری مدرن بر زندگی نوجوانان

بخش اول

۷۷	پر خاشگری
۸۰	اضطراب

۸۴	افسردگی
۸۸	نوجوان و مواد مخدر
۹۱	نوجوان و فرار از منزل
۹۳	نوجوان و بزهکاری
۹۷	نوجوانان و اوقات فراغت

بخش دوم

۹۸	تأثیرات فنرری مدرن بر روی زندگی نوجوانان
۱۰۲	شبکه‌های اجتماعی
۱۰۳	فیس بوک
۱۰۷	توییتر
۱۰۹	یوتیوب
۱۱۰	فیلکر
۱۱۰	اینستاگرام
۱۱۲	خطرات شبکه‌های اجتماعی
۱۱۳	نوجوان و ماهواره
۱۱۵	نوجوان و بازی‌های رایانه‌ای
۱۱۷	نوجوان و تلفن همراه

فصل چهارم: راهکارهایی به منظور تربیت نوجوان

۱۲۱	راهکارهایی برای رویارویی با رنج ناشی از تغییرات جسمانی در نوجوان
۱۲۲	راهکارهایی در رابطه با رشد روانی نوجوان

۱۲۴	راهکارهای مناسب در برخورد با رویاپردازی نوجوان
۱۲۵	راهکارهایی در ارتباط با مشکلات نوجوان و خانواده
۱۲۷	راهکارهایی در ارتباط با دوستی‌های نوجوان
۱۲۸	درمان پرخاشگری نوجوان
۱۲۹	راهکارهای مقابله با اضطراب نوجوان
۱۳۱	درمان افسردگی در نوجوان
۱۳۲	راهکارهای مقابله با رویارویی نوجوان با مواد مخدر
۱۳۳	راهکارهای مقابله با فرسودگی نوجوان از منزل
۱۳۴	نوجوان و حل مسئله بزه‌کاری
۱۳۵	مدیریت اوقات فراغت نوجوان
۱۳۶	چگونگی استفاده صحیح از شبکه‌های اجتماعی
۱۳۷	چگونگی مدیریت خانواده در تنظیم برنامه‌های ماهواره
۱۳۸	راهکارهایی به منظور استفاده بهینه از بازی رایانه‌ای
۱۳۹	راهکارهایی در ارتباط با معضل تلفن همراه نوجوان
۱۴۲	بحث و نتیجه گیری
۱۴۶	فهرست منابع

معنای لغوی واژه نوجوانی^۱ «در حال بزرگسال شدن» است. هر چند در بسیاری از فرهنگ‌های لغت این اصطلاح را به صورت «بالغ شدن» تعریف کرده اند؛ اما در برخی از واژه نامه‌ها، نوجوانی را به عنوان دوره‌ای از زندگی بین بلوغ و پختگی (رشد)^۲ تعریف می‌کنند. بدون شک یک بحران عمومی و مطلق که بتوان به استناد آن دوران نوجوانی را لزوماً یک دوره منقلب محسوب کرد، وجود ندارد. از آن گذشته حتی وقتی هم بحران هست، نوجوانی عام‌تر و کلی‌تر از آن است که بتوان آن را فقط یک دوره بحرانی دانست. اما از سوی دیگر، عدم پذیرش وجود بحران نیز نباید به این معنا استنباط شود که لحظات بحرانی، موقعیت‌های تأثیر انگیز و شخصیت‌های پرجوش و خروش دوره نوجوانی، موجودیت واقعی ندارند. آنچه را که می‌توان به عنوان اصل کلی پذیرفت، وجود یک زمینه آماده برای بروز بحران است. بحران عمیق و همه جانبه جنسی، جسمانی، عقلانی، عاطفی و روانی - اجتماعی که در این دوره تحقق می‌پذیرند، هستی روانی نوجوان را دچار دگرگونی می‌سازند. او «خود» را به نحو دیگری احساس می‌کند. به عبارت بهتر، «خود» قبلی را از دست می‌دهد. در صدد کشف مجدد خود بر می‌آید و لذا با خود می‌گوید: «من کیستم؟» به همین جهت موجودی نسبتاً شکننده است و متأثر می‌گردد از آنچه «او» را احاطه کرده است. همچنین با تغییر جوامع، زندگی نوجوان نیز با مجموعه‌های جدیدی از چالش‌ها و مشکلات بالقوه روبه رو می‌شود.

^۱ Adolescence^۲ Maturity

والدین همواره نگران هستند که مبدا تحول جسمانی و جنسی فرزندانشان با معیارهای بالندگی هیجانی و اجتماعی تطابق نداشته باشد. آن‌ها به رغم رشد سریع فرزندانشان می‌دانند که نوجوانان هنوز آماده نیستند تا نقش‌ها و مسئولیت‌های بزرگسالان را بر عهده بگیرند؛ بلکه افرادی هستند بی‌شبهت با نوجوان نسل‌های گذشته که ساعت‌ها در کنار والدین خود به خرد کردن هیزم، نگهداری دام‌ها و برداشت محصول و مانند این‌ها سرگرم بودند. عده‌ای از نوجوانان امروز حتی از مرتب کردن تخت خواب و تمیز کردن اتاق‌های‌شان نیز امعاء می‌ورزند. هرچند نوجوانان ساعت‌های زیادی را در کلاس‌های درس می‌گذرانند و تلاش می‌کند تا از انجام وظایفشان در خانه نیز لذت ببرند، با این وجود والدین از نوجوان خود انتظار دارند تا در مدرسه، خانه و حتی هنگامی که با دوستانشان هستند، نسبت به رابای متایله با مشکلات و چالش‌های دوران بزرگسالی مهیا کنند.

همچنین تأثیرات فناوری مدرن و یابه عبارت دیگر نوجوان قرن ۲۱ مقوله‌ای چالش برانگیز می‌باشد که نه تنها والدین، بلکه مسئولان مدارس را با بحرانی جدی در تربیت، شناخت، کنترل و استفاده سازنده و با برنزه از دنیا گجت که مسأله‌ای جدی و غیر قابل اجتناب برای نوجوان مدرن می‌باشد، روبه‌رو ساخته است. این گزیده در برگیرنده زمینه اطلاعاتی به منظور شناخت ویژگی‌ها، مسائل و مشکلات، نحوه برخورد با نوجوان و دغدغه‌های آنان در دنیای فناوری‌های مدرن بوده، که امید می‌رود والدین را در امر تربیت نوجوان یاری رساند.