

جریان‌های رشدی و تربیتی نوجوانان

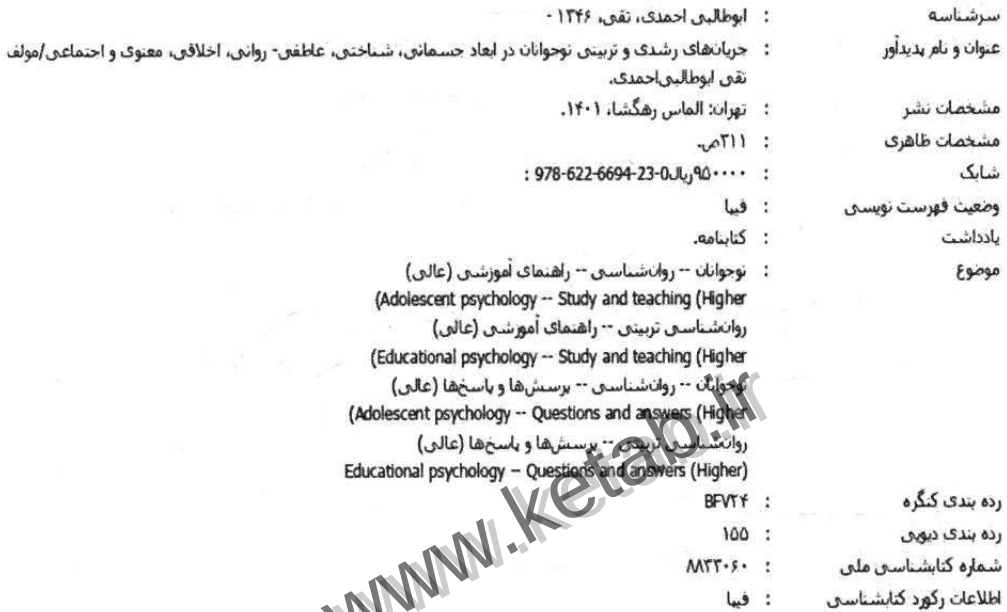
در ابعاد جسمانی، شناختی، عاطفی – روانی،

اخلاقی، معنوی و اجتماعی

مؤلف: دکتر تقی ابوطالبی احمدی

عضو هیأت علمی دانشگاه فرهنگیان

دکتری تخصصی روانشناسی تربیتی



۴

۹	پیشگفتار
۱۷	فصل ۱: جریان‌های رشدی و تربیتی نوجوان در ابعاد گوناگون
۱۸	تعریفی از نوجوانی
۲۲	تاریخچه مطالعه نوجوانی و بلوغ
۲۶	عمده‌ترین خصوصیات نوجوان
۲۹	مشکلات دوران نوجوانی
۳۳	ترس‌های دوره نوجوانی
۳۵	نیازهای نوجوان در مسیر رشد متعادل
۴۰	نقش والدین و سبک‌های تربیتی خانواده در جریان رشدی نوجوان
۴۹	عملکرد والدین و آسیب‌های روانی در دوره نوجوانی
۵۱	بحران‌های اضطرابی در نوجوانی
۵۲	عوامل ایجاد استرس و اضطراب در دوره نوجوانی
۵۶	تأثیر استرس و اضطراب بر عملکرد نوجوان
۵۷	اختلالات رفتاری و عملکردی رایج در نوجوانی
۵۹	خلاصه گفتار و بیان نظرها
۶۲	خود آزمایی فصل
۶۳	فصل ۲: انگیزش و انگیزه و تأثیر آن در تعاملات انسانی نوجوان
۶۴	تعریف انگیزش و انگیزه
۶۶	اسنادهای درونی و بیرونی در کسب موفقیت یا شکست نوجوان
۶۷	نقش انگیزه‌ها و تقویت‌ها در یادگیری نوجوان
۷۰	انگیزه‌ها، مشوق‌ها و تقویت‌کننده‌ها در ایجاد و استمرار رفتار انسانی نوجوان
۷۳	اثر بخشی انگیزه در تربیت دینی نوجوان
۷۸	هوش هیجانی و یادگیری
۸۲	خودکارآمدی و یادگیری
۸۴	مسئولیت‌پذیری در یادگیری مؤثر
۸۵	نقش حافظه در یادگیری
۸۸	رهنمودهای کاربردی به معلمان در دوره‌های تحصیلی متوسطه اول و دوم به نوجوان
۹۹	خلاصه گفتار و بیان نظرها

۱۰۲.....	خودآزمایی فصل
۱۰۳.....	فصل ۳: انواع هیجان‌های اصلی و تأثیر آن در ارتباطات انسانی نوجوان
۱۰۴.....	تعریف هیجان
۱۰۶.....	کارکردهای هیجان‌ها
۱۰۷.....	مدیریت هیجان
۱۰۸.....	اهمیت و ضرورت یادگیری مهارت مدیریت هیجانهای نوجوانان
۱۰۹.....	تعریف انواع هیجان‌های اصلی (ترس، خشم، نفرت، غم، شادی و علاقه) در دوره نوجوانی
۱۳۹.....	روش‌های مدیریت باورها، خودگویه‌ها و هیجان‌ها
۱۴۰.....	راهکارهای مؤثر در مدیریت هیجانات نوجوانان
۱۴۴.....	هوش هیجانی
۱۴۶.....	ابعاد هوش هیجانی
۱۴۷.....	مولفه‌های هوش هیجانی
۱۴۹.....	فواید داشتن هوش هیجانی
۱۵۱.....	راهکارهایی برای برخورداری شدن نوجوانان از هوش هیجانی
۱۵۲.....	خلاصه گفتار و بیان نظرها
۱۵۵.....	خودآزمایی فصل
۱۵۶.....	فصل ۴: اعتماد به نفس، عزت نفس و بهداشت روان در دوره نوجوانی
۱۵۷.....	اعتماد به نفس و عزت نفس در نوجوانی
۱۶۲.....	خود و خود کارآمدی
۱۶۴.....	عزت نفس انسان و جلوه‌های آن در نوجوانی
۱۶۸.....	بررسی موضوعی عزت نفس از منظر گوناگون
۱۸۷.....	عزت نفس و جنبه‌های مختلف آن
۱۸۹.....	جنبه‌های مختلف عزت نفس کودکان و نوجوانان
۱۹۰.....	شکل‌گیری پدیده خود، خودپنداره و عزت نفس در کودکان و نوجوانان
۱۹۳.....	تفاوت عزت نفس و خود پنداره
۱۹۴.....	عزت نفس در نوجوانی
۱۹۷.....	بهداشت و سلامت روانی
۲۰۴.....	نقش خانواده در بهداشت و سلامت روان فرزندان
۲۰۶.....	بهداشت روانی و بلوغ

۲۰۸.....	عملکرد والدین و آسیب‌های روانی در دوره نوجوانی
۲۱۱.....	پندهای طلایی با محوریت عزت نفس، اعتماد به نفس و خودباوری
۲۱۹.....	خلاصه گفتار و بیان نظرها
۲۲۲.....	خود آزمایی فصل
۲۲۳.....	فصل ۵: تکنولوژی و ابزارهای نوپدید در فرآیند تعلیم و تربیت نوجوانان
۲۲۴.....	ابزارهای نوپدید و آموزش و پرورش نوجوانان
۲۲۵.....	مواد خود آموز مبتنی بر رایانه
۲۲۶.....	کاربردهای فناوری در تعلیم و تربیت
۲۲۸.....	فناوری‌هایی نوین، فرصت یا تهدید
۲۳۲.....	شبکه‌های اجتماعی، چستی، چرائی و چگونگی
۲۳۴.....	ملاحظات فرهنگی
۲۳۵.....	خطر در نزدیکی ما
۲۳۶.....	علل گرایش به اینترنت و نتایج آن
۲۳۷.....	نقش والدین به عنوان نخستین راهنما و ناظر در هدایت نوجوانان
۲۳۸.....	نقش اینترنت در آموزش
۲۴۲.....	کجروی و تمایل به ناهنجاری‌های رفتاری در نوجوان و نقش ابزارهای نوپدید در این میان
۲۴۵.....	آسیب‌های اجتماعی ناشی از فناوری‌های نوپدید
۲۴۸.....	آسیب‌های اجتماعی در مدارس
۲۵۰.....	انواع چالش‌های مدرسه‌ای
۲۵۵.....	راه‌های پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی نوپدید در مدارس
۲۵۸.....	خلاصه گفتار و بیان نظرها
۲۶۰.....	خود آزمایی فصل
۲۶۱.....	فصل ۶: تربیت جنسی نوجوانان (چستی، چرائی و چگونگی)
۲۶۲.....	تربیت جنسی نوجوان
۲۶۳.....	تفاوت تربیت جنسی و آموزش جنسی
۲۶۵.....	ابعاد تربیت جنسی نوجوان
۲۶۸.....	راه‌حل چیست؟
۲۶۹.....	تربیت جنسی کارآمد
۲۷۱.....	اخلاق جنسی

پیشگفتار

در همه دوران زندگی بشر، خاصه در زمانه فعلی، تعلیم و تربیت از دشوارترین، ظریف‌ترین و پرزحمت‌ترین و مؤثرترین فعالیت‌ها بوده و امری پرارج محسوب می‌شود. نقش معلمان در این امر بسیار حساس، مهم، مؤثر و سازنده است. از سویی باید گفت که معلمی حرفه‌ای بس مهم و ارزشمند است و بهترین امتیازات جامعه بشری معلم بودن و هنر معلمی است. معلم با تعلیم و نشر علم، انسان‌ها را به سوی کمال و پیشرفت سوق می‌دهد و عشق و ایمان را بر لوح جان و ضمیر پاک آن‌ها ثبت می‌کند و ندای فطرت را در فضای عالم طنین‌انداز می‌گرداند. در حقیقت تمام ترقیات و کمالات انسان‌ها مدیون معلم است. اساساً تعلیم و تعلم از نعمت‌های خداوند متعال است که اول برای انبیاء و اولیا و سپس به دیگران ارزانی داشته است. به این جهت، معلم بودن از ویژگی‌های انبیاست. خداوند متعال می‌فرماید: «هُوَ الَّذِي بَعَثَ فِي الْأُمِّيِّينَ رَسُولًا مِنْهُمْ يَتْلُو عَلَيْهِمْ آيَاتِهِ وَيُزَكِّيهِمْ وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَإِنْ كَانُوا مِنْ قَبْلُ لَفِي ضَلَالٍ مُبِينٍ»؛ «او کسی است که در میان جمعیت درس نخوانده، رسولی از خودشان برانگیخت که آیاتش را بر آن‌ها می‌خواند و آن‌ها را تزکیه می‌کند و به آنان کتاب (قرآن) و حکمت می‌آموزد و مسلماً پیش از آن در گمراهی آشکاری بودند.» (سوره جمعه، آیه ۲) امروزه با ایجاد و گسترش تشکیلات دانشگاه فرهنگیان و ارائه برنامه‌های متنوع و متناسب و تدوین و تألیف کتب تخصصی مورد نیاز دانشجویان توسط استادان تربیت معلم می‌توان معلمانی تربیت کرد که آن‌ها ابتدا خود مهارت‌ها و فنون لازم را در همه ابعاد و جریان‌های و جنبه‌های رشدی شامل: جسمانی، شناختی، عاطفی- روانی، اخلاقی، معنوی و اجتماعی کسب نموده و در پایان دوره چهار ساله در صحنه عمل با استفاده از هنر، علم و تجربه لازم در تبدیل دانش آموزان در حال رشد به انسان‌های خلاق، بالنده و متعادل کوشا بوده و به موفقیت‌هایی دست یابند. به اعتقاد متخصصان، تبلور حقیقی آموزش و پرورش در تربیت نیروهای انسانی متعهد، دانشمند، متخصص و ماهر است و در جریان آن می‌توان گفت که

معلم در رأس امور قرار دارد. معلم به عنوان فردی هدایت‌گر و راهنما، بار سنگین مسئولیت پرورش استعدادهای درونی و پای‌بندی و تعهد به آرمان‌های انسانی را همواره بدوش می‌کشد. او بدون هیچ ادعایی کلیدی‌ترین نقش را در پیشرفت جوامع انسانی برعهده دارد و توسعه پژوهش و نوآوری در هر جامعه‌ای نیز همچنان نیازمند اوست.

هدف نویسنده از نگارش این کتاب که خود عضو هیأت علمی دانشگاه فرهنگیان می‌باشد، ارائه دانش و مهارت لازم به دانشجویان معلمان در رشته‌های مختلف دانشگاه فرهنگیان و تربیت دبیر، خاصه دانشجویان رشته راهنمایی و مشاوره جهت توانمندسازی و تجهیز آنان در انجام مأموریت معلمی می‌باشد. این کتاب به عنوان منبع اصلی درس جریان‌های رشدی کودکان و نوجوانان در ابعاد رشد گوناگون جسمانی، شناختی، عاطفی، روانی، اخلاقی، معنوی و اجتماعی بوده که شامل فصول زیر در دو جلد کتاب جداگانه با جزئیات ارائه شده می‌باشد:

جلد اول کتاب با عنوان جریان‌های رشدی و تربیتی کودکان در ابعاد جسمانی، شناختی، عاطفی، روانی، اخلاقی، معنوی و اجتماعی شامل:

فصل اول: تعلیم و تربیت کودکان در دوره پیش دبستان شامل: تعلیم و تربیت کودکان پیش‌دبستان، اهمیت آموزش و پرورش در دوره پیش از دبستان، ویژگی‌های کودکان پیش از دبستان، ابعاد چندگانه رشد کودکان، وظایف مربیان در جریان رشد مطلوب زبان کودکان پیش‌دبستانی، وظایف مربیان در جریان رشد شناختی کودکان پیش‌دبستانی، اقدامات مربی در جریان رشد عاطفی- اجتماعی کودکان پیش‌دبستانی، رشد عاطفی- اجتماعی کودکان در ارتباط با کودکان دیگر، اقدامات مربی در تقویت ارتباط با کودکان دیگر، رشد عاطفی- اجتماعی کودکان در رابطه با انسان‌های نیازمند به کمک و

محیط، اقدامات مربی در آموزش ارتباط مناسب کودکان با انسان‌های نیازمند به کمک و محیط، رشد بیان خلاق و درک زیبایی‌های کودکان، وظایف مربیان در جریان رشد بیان خلاق و درک زیبایی‌های کودکان می‌باشد.

فصل دوم: تعلیم و تربیت رشد‌مدار کودکان پیش‌دبستان شامل: تعریف رشد کودک، تربیت در سنین حساس رشد، تربیت اخلاقی، اثربخشی تعلیم و تربیت در فرآیند رشد، وظایف والدین در سنین حساس رشد، دوره حساس رشد، دوره‌ها چهارگانه رشد پیاژه، ضرورت توجه به ویژگی‌های عاطفی - اجتماعی کودک در فرآیند رشد، دوره‌های چهارگانه رشد روانی - اجتماعی اریکسون (تا پایان کودکی)، تحول اخلاقی - اجتماعی کودک در فرآیند رشد، تحول مراحل اخلاقی از دیدگاه ژان پیاژه کلبرگ، چیستی و چگونگی پرورش‌فرزند موفق خانواده، دانش آموز خوب مدرسه و شهروند مسئول اجتماع می‌باشد.

فصل سوم: نقش بازی و اسباب بازی در تعلیم و تربیت کودک پیش‌دستانی شامل: بازی و ویژگی‌های آن، پیشینه بازی در جهان، اثر بخشی بازی در جریان رشد و تربیت کودکان، نظریه‌های علمی مطرح در مورد بازی، بازی در ایران، رهنمودهایی درباره بازی مطابق با اهمیت و ضرورت آن، دلایل چندگانه مهم بودن بازی در دوران کودکی، بازی در مراحل رشد کودک، فعالیت‌هایی برای رشد مطلوب کودکان در مراحل رشد، انواع بازی از نظر متخصصان می‌باشد.

فصل چهارم: تربیت دینی کودکان پیش‌دستانی شامل: تربیت دینی (تربیتی متعادل و متوازن)، ساحت‌های شش‌گانه آموزش و پرورش فراگیران در سند بنیادین تحول نظام آموزش و پرورش، اهمیت و ضرورت تربیت دینی در سعادت و سلامت انسان، زمان مناسب تربیت دینی، روش‌های مناسب تربیت دینی، شاخص‌های معنوی و اخلاقی قابل توجه در امر تربیت، نگرش فرضیه‌ای به مراحل رشد بر مبنای

قرآن و دین، آموزه‌های قرآنی در تربیت مطلوب کودکان، روش‌های مناسب تربیت قرآنی در خانواده، حقوق کودکان در خانواده، تعلیم و تربیت قرآنی در مدارس، گزاره‌های ارزشی نظام تعلیم و تربیت رسمی عمومی، مطابقت رویکردهای علمی روش‌های تربیت کودکان با رویکرد دینی و قرآنی می باشد.

فصل پنجم: خانواده و سبک‌های تربیتی فرزندپروری والدین شامل: خانواده و تربیت فرزندان، جایگاه خانواده و کارکرد آن در سنین کودکی، نقش مادر و اهمیت حضور او در خانه، نقش پدر و اهمیت حضور او در خانه و شیوه‌های فرزندپروری می باشد.

فصل ششم: انگیزش و انگیزه و تأثیر آن در تعاملات شامل: تعریف انگیزش و انگیزه، اسنادهای درونی و بیرونی در کسب موفقیت یا شکست در کودک، نقش انگیزه‌ها و تقویت‌ها در یادگیری کودک، انگیزه‌ها، مشوق‌ها و تقویت‌کننده‌ها در ایجاد و استمرار رفتار کودک، اثربخشی انگیزه در تربیت دینی کودک، هوش هیجانی و یادگیری کودک، و رهنمودهای کاربردی به معلمان در دوره‌های تحصیلی می باشد.

فصل هفتم: تکنولوژی و ابزارهای نوپدید در فرآیند تعلیم و تربیت کودکان شامل: ابزارهای نوپدید و آموزش و پرورش، کاربردهای فناوری در تعلیم و تربیت، فناوری‌هایی نوین، فرصت یا تهدید، خطر در نزدیکی ما، نقش والدین به عنوان نخستین راهنما و ناظر، کجروی و تمایل به ناهنجاری‌های رفتاری در کودک و نقش ابزارهای نوپدید در این میان، آسیب‌های اجتماعی ناشی از فناوری‌های نوپدید، آسیب‌های اجتماعی در مدارس، راههای پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی نوپدید در مدارس می باشد.

فصل هشتم: تربیت جنسی کودکان (چیستی، چرایی و چگونگی) شامل: تربیت جنسی کودکان، تفاوت تربیت جنسی و آموزش جنسی، ابعاد تربیت جنسی کودکان، تربیت جنسی کارآمد، آیا تمایلات جنسی

در کودکان وجود دارد؟، پرسش‌های جنسی کودکان، بازی‌های جنسی کودکان، سوءاستفاده و آزار جنسی کودکان، هویت جنسی کودکان، ضرورت‌ها در تربیت جنسی دختران، روش تربیت جنسی دختران، رشد جنسی در کودکان، تأثیر محیط بر رفتار جنسی کودکان، تأثیر خانواده بر رفتار جنسی کودک، تأثیر مدرسه بر رفتار جنسی کودکان، اهمیت گفتگو با کودکان در مورد تمایلات جنسی، زمان مناسب آموزش مسائل جنسی کودکان و پاسخگویی به سئوالات جنسی آن‌ها، نکاتی قابل توجه در پاسخگویی به سئوالات جنسی کودکان، مدیریت سئوالات جنسی کودکان، آموزش مسائل جنسی به کودکان در دوران حساس رشد کودکی (۰ تا ۱۲ سالگی) رهنمودهایی پیرامون آموزش مسایل جنسی به کودکان می باشد.

جلد دوم کتاب نیز با عنوان جریان‌های رشدی و تربیتی نوجوانان در ابعاد جسمانی، شناختی،

عاطفی- روانی، اخلاقی، معنوی و اجتماعی شامل :

فصل اول: جریان‌های رشدی و تربیتی نوجوان در ابعاد گوناگون شامل: تعریفی از نوجوان، تاریخچه مطالعه نوجوانی و بلوغ، عمده‌ترین خصوصیات نوجوان، مشکلات دوران نوجوانی، ترس‌های دوره نوجوانی، نیازهای نوجوان در مسیر رشد متعادل، نقش والدین و سبک‌های تربیتی خانواده در جریان رشدی نوجوان، عملکرد والدین و آسیب‌های روانی در دوره نوجوانی، بحران‌های اضطرابی در نوجوانی، عوامل ایجاد استرس و اضطراب در دوره نوجوانی، تأثیر استرس و اضطراب بر عملکرد نوجوان و اختلالات رفتاری و عملکردی رایج در نوجوانی می‌باشد.

فصل دوم: انگیزش و انگیزه و تأثیر آن در تعاملات انسانی نوجوان شامل: تعریف انگیزش و انگیزه، اسنادهای درونی و بیرونی در کسب موفقیت یا شکست نوجوان، نقش انگیزه‌ها و تقویت‌ها در یادگیری

نوجوان، انگیزه‌ها، مشوق‌ها و تقویت‌کننده‌ها در ایجاد و استمرار رفتار انسانی نوجوان، اثر بخشی انگیزه در تربیت دینی نوجوان، هوش هیجانی و یادگیری، خودکارآمدی و یادگیری، مسئولیت‌پذیری در یادگیری مؤثر، نقش حافظه در یادگیری نوجوان و رهنمودهای کاربردی به معلمان در دوره‌های تحصیلی متوسطه اول و دوم به نوجوان می‌باشد.

فصل سوم: انواع هیجان‌های اصلی و تأثیر آن در ارتباطات انسانی نوجوان شامل: تعریف هیجان، کارکردهای هیجان‌ها، مدیریت هیجان، اهمیت و ضرورت یادگیری مهارت مدیریت هیجان‌های نوجوانان، تعریف انواع هیجان‌های اصلی (ترس، خشم، نفرت، غم، شادی و علاقه) در دوره نوجوانی، روش‌های مدیریت باورها، خودگویه‌ها و هیجان‌ها، راهکارهای مؤثر در مدیریت هیجانات نوجوانان، هوش هیجانی، ابعاد هوش هیجانی، مولفه‌های هوش هیجانی، فوائد داشتن هوش هیجانی و راهکارهایی برای برخورددار شدن نوجوانان از هوش هیجانی می‌باشد.

فصل چهارم: اعتماد به نفس، عزت نفس و بهداشت و سلامت روان در دوره نوجوانی شامل: اعتماد به نفس و عزت نفس در نوجوانی، خود و خودکارآمدی، عزت نفس انسان و جلوه‌های آن در نوجوانی، بررسی موضوعی عزت نفس انسان از منظر گوناگون، عزت نفس و جنبه‌های مختلف آن، جنبه‌های مختلف عزت نفس کودکان و نوجوانان، شکل‌گیری پدیده خود، خودپنداره و عزت نفس در کودکان و نوجوانان، تفاوت عزت نفس و خود پنداره، عزت نفس در نوجوان، بهداشت و سلامت روانی، نقش خانواده در بهداشت و سلامت روان فرزندان، بهداشت روانی و بلوغ، عملکرد والدین و آسیب‌های روانی در دوره نوجوانی و پندهای طلایی با محوریت عزت نفس، اعتماد به نفس و خودباوری می‌باشد.