

راهنمای تربیت فرزند در

اوایل نوجوانی

تالیف:

وزارت آموزش ایالات متحده

مجموعه:

مژده پورحسین ناک

انتشارات آزمون یار پویا

(حق چاپ محفوظ است)

عنوان و نام پدیدآور: راهنمای تربیت فرزند در اوایل نوجوانی / تألیف وزارت آموزش ایالات متحده، دفتر ارتباطات و توسعه؛ مترجم مژده پورحسین دناک.

مشخصات نشر: تهران: آزمون یار پویا، ۱۳۹۷.

مشخصات ظاهری: ۱۰۲ ص: مصور.

شابک: ۶-۷۳-۷۸۴۹-۶۰۰-۹۷۸.

وضعیت فهرست نویسی: فیبا

موضوع: والدین و نوجوانان -- جنبه های روان شناسی

موضوع: Parent and teenager -- Psychological aspects: موضوع

موضوع: رفتار والدین -- جنبه های روان شناسی

موضوع: Parenting -- Psychological aspects: موضوع

رده بندی کنگره: الف ۱۳۹۷ ۸ هـ/ ۷۹۹/۱۵ HQ

شماره کتابخانه ملی: ۵۵۸۷۶۳۴

رده بندی دیویی: ۳۰۶/۸۷۴



عنوان: راهنمای تربیت فرزند در اوایل نوجوانی

مترجم: مژده پورحسین دناک

ناشر: آزمون یار پویا

مدیر تولید: سجاد قاسمی

شمارگان: ۵۰۰ نسخه

چاپ نخست: بهار ۱۳۹۸

شابک: ۶-۷۳-۷۸۴۹-۶۰۰-۹۷۸.

قیمت: ۱۸۰۰۰۰ ریال

تهران - میدان انقلاب - خیابان منیری جاوید - بن بست مبین - شماره ۲

تلفن: ۶۶۴۶۸۹۲۱ - همراه: ۰۹۱۰۰۵۱۱۰۰۳

Email: pub@azmonyar.com

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۳	مقدمه مترجم
۴	پیش‌گفتار
۵	فراز و نشیب‌ها، نه موانع
۷	تغییرات
۸	تغییرات جسمانی
۹	تغییرات هیجانی
۱۲	تغییرات شناختی
۱۵	والدین کارآمد
۲۰	ارتباط
۳۱	استقلال
۳۸	اعتماد به نفس
۴۵	دوستی‌ها
۵۲	رسانه‌ها
۵۹	راهنمایی
۶۲	مشارکت والدین
۶۹	کتاب خواندن
۷۳	انگیزه

ارزش‌ها..... ۷۸

مشکلات..... ۸۳

مصرف الکل یا داروهای مخدر..... ۸۵

اختلالات خوردن..... ۸۶

افسردگی و خودکشی..... ۸۷

ناتوانی‌های یادگیری..... ۸۹

نتیجه‌گیری..... ۹۱

راهنمای‌های برای کمک به فرزندان در اوایل نوجوانی..... ۹۱

منابع..... ۹۴

www.ketab.ir

مقدمه مترجم

هیچ مرحله‌ای از زندگی افراد بیش از دوران نوجوانی و بلوغ تنش‌زا و مسئله‌ساز نیست بنابراین آشنایی با ویژگی طبیعی دوران بلوغ و اینکه در فکر، ذهن، ضمیر و روان نوجوان چه می‌گذرد حائز اهمیت است. آگاهی از مراحل طبیعی رشد و نمو نوجوان کمک می‌کند تا تنش‌های نادرست میان والدین و نوجوان به حداقل برسد و والدین به فرزند خود کمک کنند تا این مراحل تکاملی را به خوبی طی کند و به جرگه بالغین پیوندد. هدف از ترجمه کتاب ((راهنمای تربیت فرزند در اوایل نوجوانی)) کمک به والدین برای جهت آشنا شدن با تغییرات نوجوانی از نظر جسمانی، هیجانی و شناختی، شناخت سبک‌های فرزندپروری مختلف و ویژگی‌های یک والد کارآمد، تقریباً ملاک و اعتماد به نفس نوجوان و چگونگی رابطه موثر والد - فرزند می‌باشد.

در انتهای کتاب در رابطه با شایع‌ترین مشکلات و اختلالات دوران نوجوانی و علائم و ویژگی‌های هر اختلال توضیحاتی ارائه شده است امیدوارم که مطالب این کتاب برای والدین، مربیان و افرادی که به نحوی به نوجوانان سر و کار دارند مفید واقع شود.

مژده پورحسین دناک

مشاور کودک و نوجوان

Mojdeh.p.d@gmail.com