



سه‌شنبه ۲۵ تیر ۱۳۹۸ ○ شماره ۲۵۶۲ ○ قیمت در کازرون ۲۰۰۰ تومان

### طلوع روزنامه فرهنگی / سیاسی / اجتماعی / ورزشی

صاحب امتیاز، مدیر مسئول و سردبیر: محمد مهدی جعفری زاده

شماره استاندارد بین المللی روزنامه طلوع (شاپا) : ۵۸۷۳-۸۰۰۲ ISSN: 5873 - 8002 عضو شرکت تعاونی مطبوعات کشور

شیراز: خیابان انقلاب (نادر) / نیش پارک انقلاب / مجتمع رز / طبقه اول تلفن: ۰۷۱-۳۳۳۴۴۷۷۲ فاکس: ۳۳۳۴۴۷۷۱

کازرون: خ قدمگاه / پایین تر از تقاطع امیر کبیر ۰۷۱-۴۲۲۲۹۲۴۶ پست الکترونیک: toloudaily@gmail.com

حساب جاری سپهر ۰۱۰۱۴۵۵۸۳۷۰۰۱ بانک صادرات به نام روزنامه طلوع آدرس سایت: www.tolounews.com

چاپخانه: خلیج فارس مرامنامه اخلاقی: tolounews.com/Regulations.aspx

## برخی نکاتی که والدین باید در مورد دوره نوجوانی و جوانی بدانند



نکاتی طلایی در رابطه با نوجوان

استفاده از روش تغافل (نادیده گرفتن): یعنی مسائل و مشکلات نوجوان را بزرگ نشان ندهیم که در او ایجاد وحشت نماید و یا او را به لحاظ رفتارهایش دائم بازخواست نماییم.

ایفای نقش راهنمایی، بجای دستوری: در برخورد با مسائل نوجوان بهتر است از خودش کمک بگیریم یعنی این واقعیت را بدانند که نخستین مسئول حل مشکل او، خودش است و برای حل آن باید اقدام نماید و ما والدین فقط وظیفه راهنمایی او را داریم که از عواقب تصمیم خودش مطلع شود.  
آموزش: مهمترین دلیل ترس و اضطراب از هر موضوعی جهل و ناآگاهی نسبت به آن موضوع است که ضروری است برای کاهش ترس و اضطراب‌های نوجوانی آموزش‌های لازم در مورد بلوغ، دوست‌یابی، حل مسئله، گذراندن اوقات فراغت، برنامه‌ریزی درسی و مواردی از این قبیل به نوجوان آموزش داده شود.  
اعتمادسازی: باید بیاموزیم که چگونه حسن اعتماد نوجوان را نسبت به خودمان جلب و جذب کنیم، چنانچه اعتماد میان نوجوان و والدین کم‌رنگ شود او برای حل

مسائل خود به دیگران مراجعه می‌کند.  
تأکید بر محبت و پرہیز از خشونت: ارتباط با نوجوان اگر بر اساس عشق و علاقه و صمیمیت استوار باشد اعتماد به نفس را در او تأمین و تضمین می‌نماید و اگر با فشار و خشونت همراه باشد ممکن است موجب اختلال عصبی و دشواری‌های روانی در او شود.  
الگوهای رفتاری والدین: نوجوان علاقه‌مند است که والدین دارای شخصیتی مستحکم و باثبات و پایدار باشند چون به اتکا شخصیت و همانندسازی آنان نیازمند است.  
پرہیز از مناقشات خانوادگی: خانه بایستی محل آرامش و جایی امن برای اعضای خانواده به‌ویژه نوجوان باشد و مناقشات و جروبحث‌ها و دعوای علنی والدین به آن لطمه ززند و بهانه‌گریز نوجوان از خانواده را فراهم نیاورد.  
شناخت دوستان: دوستان نوجوان خود را بشناسیم. کودکان وقتی بزرگ می‌شوند و به مدرسه می‌روند به‌خصوص زمانی که به سن نوجوانی می‌رسند، بیشتر از دوستان خود تقلید می‌کنند. نوجوان بسیار آسیب‌پذیر است و اگر دوستان او رفتارهای خوبی نداشته باشند به‌راحتی می‌توانند او را به بدآموزی و خلافکاری

بکشانند.  
ایجاد تعادل بین آزادی نوجوان و مراقبت از او: نوجوان بزرگ شده است و به آزادی نیاز دارد؛ اما چون آسیب‌پذیر است و در بسیاری از موارد به‌جای عقل و منطق از احساسات خود پیروی می‌کند، به مراقبت مناسب هم احتیاج دارد، اگر بتوانیم در دادن آزادی به نوجوان و مراقبت از او زیاده‌روی نکنیم و اندازه‌نگه داریم، به هر دو نیاز او پاسخ مثبت داده‌ایم و از خطرهایی که آزادی زیاد و مراقبت شدید ایجاد می‌کنند، پیشگیری کرده‌ایم.  
**رفتار نوجوان تکرار رفتار شماس**  
نوجوان تمام رفتارهای والدین را مانند یک دوربین مخفی ضبط می‌کند. طریقه رفتار شما در شرایط سخت یکی از مهم‌ترین نکاتی است که در آینده، سرنوشت او را تحت تأثیر قرار می‌دهد و او را در برابر مشکلات مقاوم می‌سازد.  
درواقع او با ثبت تک‌تک رفتارهای شما در شرایط مختلف می‌آموزد که چگونه رفتار کند. پس خوب رفتار کنید و به نوجوانتان بیاموزید با کوچک‌ترین اتفاق پرخاشگری نکند. این امر که در عمل به او



## جمعی از دانش آموزان ممتاز دبستان پسرانه محمدحسین قدسی کازرون سال تحصیلی ۹۸-۹۷

۰۳۱۰۵۴

با تقدیر، تشکر و سپاس بی‌شائبه از مدیریت محترم و پرسنل زحمتکش آموزش و پرورش کازرون، اعضای محترم انجمن اولیا و مربیان آموزشگاه: آقایان: الیاس نگین تاجی، حمیدرضا حکیم زاده، افتخار مهبودی، بنام اعتمادی و مهبود مهبودی و سایر والدین گرامی، همچنین همکاران گرانقدر، خانم‌ها آموزگاران پایه اول: فاطمه حسام الدینی و الهام بشارده، پایه دوم: مریم تقی پور و زهرا تقی پور، پایه سوم: محبوبه تقویان و فریده قاسمی شیرینی، پایه چهارم: زهرا ترسا و کبری زارعی، پایه پنجم: راحله یزدانی و طاهره رستمی و آقایان آموزگاران پایه ششم: علی برنده و محمدجلیل افشاری، معاون آموزشی: عبدالکریم جوانبخت، معاون پرورشی: سیده لایلا مؤمنی، معاون اجرایی: رؤیا سازمند، مربی بهداشت و سلامت: زینب جوکار، مربی ورزش: محمدرضا سرکاریان، سرایدار و خدمتگزار: علی مهربانی و محمد گشتاسبی، امید که در پرتو الطاف الهی پیروز و سربلند باشید.

غلام کریمیان منفرد - مدیر دبستان پسرانه محمدحسین قدسی

سیدحمیدرضا موسوی کلاس سوم	عرشیا طالب زاده کلاس سوم	امیر محمد غضنفری کلاس سوم	عرشیا زیرک پناه کلاس سوم	امیدرضا دستاران کلاس سوم	رضا دهقان ناصر آبادی کلاس سوم	امیرعلی راه نورد کلاس سوم	محمد داودی کلاس سوم	مهدی درویشی کلاس سوم	محمد مهدی جوکاران کلاس سوم

مهدی علیزاده کلاس سوم	نیما عباسی کلاس سوم	امیر حسین صحرابان کلاس سوم	رضا صادقی زاده کازرونی کلاس سوم	محمد مهدی زارع کلاس سوم	سپهر رنجبر کلاس سوم	محمد رضا خوبکار کلاس سوم	سپهر حکیم زاده کلاس سوم	طاها حامدی کلاس سوم	کیارش پناهی کلاس سوم

امیر ارسلان حسامی کلاس چهارم	شاهین جوکار کلاس چهارم	علیرضا آرامی کلاس چهارم	امیر محمد یزدانی کلاس سوم	دانیال مروج کلاس سوم	ابوالفضل محمدی بویا کلاس سوم	محمد جواد کلسان کلاس سوم	امیر حسین قبری کلاس سوم	محسن فریدونی کلاس سوم	حسین فرهادیان کلاس سوم

احمد رضا امام دوست کلاس چهارم	امیر محمد نادری کلاس چهارم	محمد رضا معینی کلاس چهارم	رضا معصومی کلاس چهارم	ارشاد عباسی کلاس چهارم	محمد رضا شکر زاده کلاس چهارم	علیرضا سیروس کلاس چهارم	عباس رنجبر کلاس چهارم	آردان رسول زاده کلاس چهارم	امیر حسین خزاعی کلاس چهارم

چاپ عکس دانش آموزان ممتاز در روزنامه طلوع با تمهیف ویژه دانش آموزی دفتر شیراز: ۳۳۳۴۴۷۷۲ دفتر کازرون: ۴۲۲۲۹۲۴۶

محمد رضا نامداری کلاس چهارم	امیر علی محقق کلاس چهارم	محمد امین گودرزی کلاس چهارم	محمد بار سا سقزاده کلاس چهارم	ابوالفضل حق شامس کلاس چهارم	محمد علی پریشان کلاس چهارم	امیر محمد یارسا کلاس چهارم