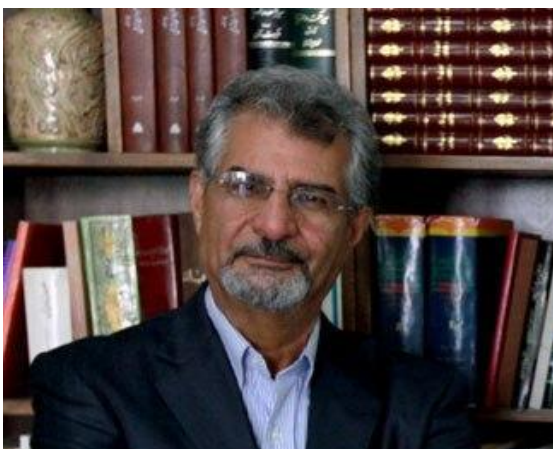


معرفی اجمالی دکتر کیهان نیا

برای آشنایی بیشتر شما با دکتر کیهان نیا شرح مختصری از بیوگرافی ایشان را در زیر مطالعه فرمایید.



۱. مشاوره خانواده از امریکا در رشته رفتار درمانی

۲. کارشناس رادیو و تلویزیون با ۱۶۰۰ برنامه که کماکان ادامه دارد

۳. مشاوره خانواده با سی سال سابقه (مشاوره قبل از ازدواج و حل اختلافات زناشویی)

۴. نویسنده و مترجم ۲۳ کتاب پر فروش که بعضی از آنها ۱۰ تا ۲۰ بار مجددا چاپ شده اند

۵. ناشر کتاب های خود و دیگران با ۱۵ سال سابقه در نشر

۶. نویسنده مقالات خانوادگی در مجلات روزهای زندگی، خانواده سبز، فضیلت خانواده، جوانان امروز، پیام شادی و شادکامی و موفقیت، طپش، دنیای زنان، ذهن برتر، راه صبح

و روزنامه های جام جم، ایران، قدس، همبستگی با بیش از ۸۰۰ مقاله تحقیقی در امر خانواده و هنر بهتر زیستن

۷. مدرس و سخنران مجامع فرهنگی و دانشگاهی در امور ازدواج دانشجویی، نهاد رهبری و روابط دختر و پسر

۸. رئیس هیئت مدیره موسسه فرهنگی در راه کمال که آموزش خود شناسی و راهنمای ازدواج و تفاهم در خانواده را به خانواده می دهد.

۹. صاحب امتیاز و مدیر مسئول مجله خانوادگی در راه کمال با ۵۰۰۰۰ تیراژ

۱۰. وکیل دادگستری فقط در امور مشاوره خانواده با ۳۰ سال سابقه حقوقی بدون حضور در دادگستری

در آخرین صفحه این کتاب برای شما

پیشنهاد ویژه ای در نظر گرفته ایم!!!

نوجوان، پس از این که پا به مرحله بلوغ می گذارد، دچار تغییرات جسمی و روحی می شود. همین

تغییرات جسمی دوره

نوجوانی که از پیش برایش توضیح داده نشده، او را نگران و مشوش می کند. این تغییرات ناشناخته معمولا همراه با تنش و

اضطراب هایی است که تا آن زمان، نوجوان با آن ها آشنایی نداشته است.

تغییرات جسمی دوران بلوغ اثرات روحی زیادی بر روی **نوجوان** می گذارد. نوجوانی که یکدفعه قد می کشد، برای مدتی

نمی تواند تعادل خود را حفظ کند. او هر روز شکل و فرم عوض می کند. هنوز با شرایط خودش خو نگرفته که شکل اندامش

تغییر می کند. بنابراین مقداری از این تغییرات، طبیعی است و ما باید خود را پیشاپیش برای آن آماده سازیم. مثلا اگر نمراتش به

تدریج پایین آمد، نباید نگران شد. نباید با سر و صدا و جنجال ایجاد وحشت کرده و او را به چهار میخ مواخذه بکشیم. باید حوصله

به خرج دهیم.

فرزندى که تا دیروز از ناحیه مهر و محبت احساس کمبود می کرد و خود را به پدر و مادر می چسبانید، حالا در نتیجه رشد و

تغییرات جسمی دوره نوجوانی و دچار تحولاتی شده که باید آن را با کسی در میان بگذارد و یا دست کم ، کسی باشد که او

را برای رویارویی با دوران بلوغ ، نشانه های بلوغ و تغییرات جسمی و روحی آماده سازد

وقتی این مهم به نوجوانان آموخته شد. آنان به فکر شناخت بیشتر تحولات و تغییرات جسمی و روحی خودشان می افتند و

خود، پا به پای والدین در جهت رفع بحران خود قدم برمی دارند ولی وقتی کسی در این لحظه نباشد که با آگاهی بتواند او را از

تغییرات روحی اش مطلع سازد، او دچار نا بسامانی می شود.

تغییرات جسمی دوره نوجوانی مثل رشد ناگهانی قد، رشد موهای زاید در قسمت‌های مختلف بدن، کلفت و دورگه شدن

صدا، ایجاد جوش بر روی صورت و ... باعث تغییرات روحی دوران بلوغ می شود که به صورت گوشه نشینی، احساس دلتنگی و

ناسازگاری خود را نشان می‌دهد.

بی‌ثباتی عاطفی در رفتار **نوجوان** مشاهده می‌شود. رفتار **نوجوان** گاه بسیار ظریف و گاه بسیار خشن می شود. او بعضی وقت ها

به گوشه ای پناه می برد و تنهایی را انتخاب می کند و با دیگران کمتر حرف می زند. گاهی هم طغیان و برون فکنی کرده و آن

چه را که در درون خود دارد به بیرون می ریزد، و تند خو، کم طاقت و عصیانگر می شود

نوجویی و نخواستگی هم در رفتارهایی مثل مدل‌های لباس و آرایش مو ایجاد می‌شود. **نوجوان** احساس استقلال پیدا می‌کند و با

رشد و تحول روانی، رفتارهایی از خویش نشان می‌دهد که حاکی از پیام آنها مبنی بر رسیدن به استقلال است و امکان دارد با

والدین، خانواده و مدرسه درگیری‌های مختلف پیدا کند. اگر کسی نباشد این حالات را برایش بازگو کند، او سر در گم شده،

بیمناک می شود.

تغییرات جسمی دوره نوجوانی

همه به او می گویند که ((تو دیگر بزرگ شده ای باید عقلت به کارت برسد)) و او در تعجب است که اگر بزرگ شده، پس چرا

مثل بزرگترها تشکیل خانواده نداده، اتومبیل و خانه و شغل ندارد؟ پس چرا نمی تواند در مورد خودش تصمیم های بزرگی بگیرد؟

پس چرا هنوز پدر و مادر او را کنترل می کنند؟ همه از او انتظار دارند ، در حالی که او فقط از لحاظ جسم رشد یافته، ولی از لحاظ

عقلی به حد کافی رشد نیافته است.



نوجوان تازه رشد یافته، گاهی برای جلب توجه و ابراز وجود، کارهایی می کند که اگرچه ظاهراً درست به نظر می رسند، ولی در

واقع این یک نوع واکنشی است که اغلب **نوجوانان** در راه استقلال فکری خود از خود نشان می دهند. هیچ مادر مهربانی این

نوع اعمال نوجوان را به مسخره برای پدر و مادر یا دیگران تعریف نمی کند. نوجوانی که صدایش تغییر می کند و کلفت می شود

و یا پشت لبش سبز می شود، اگر از پایگاه عاطفی سالمی برخوردار باشد، با او همدلی و همفکری می شود تا بتوانند این دوره

سخت را بگذارند.

متأسفانه نوجوانانی که با نامادری زندگی می کنند وقتی یکی از این کارها را انجام می دهند، با مخالفت شدید نامادری رو به رو

می شوند، به طوری که همین کارها علیه خودشان به کار برده می شود. نوجوانی که از موی سرش راضی نیست و نمی تواند به

آن شکل و فرم لازم را بدهد، از خودش و از موی سرش بدش می آید. در اینجا باید کسی باشد تا با حوصله به او بفهماند که این

مشکلات در آینده حل خواهند شد. نوجوانان را باید راهنمایی کرد تا با علائم و مشخصات گروه خود آشنا شوند. به خصوص دختر

نوجوان را باید مراقبت کرد تا تغییرات جسمی دوران بلوغ موجب وحشت و نگرانی او نشود.

پیشنهاد میکنم این فرصت را از دست ندهید!

از شما دعوت میکنیم در دوره ی غیر حضوری و رایگان دکتر کیهان نیا ثبت نام کنید.

ارزش این دوره به صورت حضوری ۴۰۰ هزار تومان است ولی شما می توانید به صورت رایگان در این دوره شرکت کنید (به مدت محدود)

در این دوره در مورد چه مواردی صحبت خواهد شد؟

- در چه صورت مرد به همسرش وفادار نمی ماند؟
- رفع دلخوری از همسر
- شوهرتان را برای همیشه عاشق خود کنید!
- نیاز مهم و اساسی شوهرتان چیست؟
- اگر همسرتان شما را رنجاند چه عکس العملی داشته باشید؟
- همبستری زن و شوهر چگونه باید باشد؟
- چه کنیم تا از گفتگوهایمان نتیجه بگیریم؟
- چکار کنید در حین گفتگو کارتان به دعوا و قهر نکشد

و ...

برای عضویت رایگان روی تصویر زیر کلیک کنید:



دکتر کیهان نیا در این دوره آموزشی برای شما هدیه دارد!