

المشكلات النفسية

والسلوكية والدراسية

عند المراهقين والشباب - أسبابها وأساليب مواجهتها



د. أحمد محمد الزعبي

دكتوراه في علم النفس - جامعة لايبزج - ألمانيا

أستاذ علم النفس المشارك

جامعة أم القرى - كلية المعلمين بالقنفذة



أفاق معرفة متجددة
www.fikr.com

المحتوى

الإهداء	١١
تعريف بالكتاب	١٣
الباب الأول - المراهقة	١٧
الفصل الأول - المراهقة	١٩
تعريف المراهقة	٢١
المراحل الزمنية في المراهقة	٢٢
أهمية دراسة المراهقة:	٢٣
الاتجاهات الرئيسية في تفسير المراهقة:	٢٤
جوانب النمو في مرحلة المراهقة:	٢٧
الباب الثاني - المشكلات النفسية عند المراهقين والشباب	٥٧
الفصل الثاني - مشكلة الغضب	٥٩
مقدمة:	٦١
تعريف الغضب:	٦١
سمات الغضب عند المراهقين والشباب:	٦٢
تطور المدى الزمني لانفعال الغضب:	٦٣
أسباب الغضب ومثيراته:	٦٣
أشكال التعبير عن الغضب:	٦٥
كيف يستجيب المراهق لغضبه؟	٦٧
علاج الغضب:	٦٨
الفصل الثالث - مشكلة الخوف	٧١

- ٧٣ مقدمة:
- ٧٣ المخاوف الشائعة عند المراهقين:
- ٧٥ مظاهر الخوف عند المراهقين:
- ٧٦ المخاوف الطبيعية والمخاوف المرضية:
- ٧٧ أعراض المخاوف المرضية:
- ٧٨ أنواع المخاوف المرضية الشائعة:
- ٨١ الصورة الإكلينيكية للمخاوف المرضية:
- ٨٢ أسباب المخاوف المرضية:
- ٨٤ علاج المخاوف المرضية:
- ٨٧ الفصل الرابع - مشكلة القلق
- ٨٩ مقدمة:
- ٩٢ أعراض القلق:
- ٩٤ أسباب القلق:
- ٩٧ علاج القلق:
- ٩٩ الفصل الخامس - الخجل
- ١٠١ مفهوم الخجل وطبيعته:
- ١٠٢ تعريف الخجل:
- ١٠٣ أضرار الخجل:
- ١٠٣ أنواع الخجل:
- ١٠٤ مظاهر الخجل:
- ١٠٥ أسباب الخجل:
- ١٠٨ علاج الخجل:
- ١١٣ الفصل السادس - مشكلة الغيرة
- ١١٥ طبيعة الغيرة:
- ١١٦ تعريف الغيرة:
- ١١٧ كيف تظهر الغيرة عند المراهقين؟

١١٨	مظاهر الغيرة عند المراهقين:
١١٨	أضرار الغيرة:
١١٩	أسباب الغيرة:
١٢١	الوقاية والعلاج من الغيرة:
١٢٧	الباب الثالث - المشكلات السلوكية عند المراهقين والشباب
١٢٩	الفصل السابع - السلوك العدواني
١٣١	مقدمة:
١٣١	مفهوم العدوان:
١٣٣	أشكال السلوك العدواني:
١٣٤	أسباب السلوك العدواني:
١٤٢	كيف نقيس شدة السلوك العدواني عند المراهق؟
١٤٣	الوقاية والعلاج من السلوك العدواني:
١٤٩	الفصل الثامن - مشكلة سوء استخدام أوقات الفراغ
١٥١	مقدمة:
١٥١	مفهوم أوقات الفراغ:
١٥٢	أهمية تنظيم أوقات الفراغ:
١٥٣	الحاجات التي يمكن إشباعها في أوقات الفراغ:
١٥٤	أسباب وجود أوقات الفراغ:
١٥٥	أسباب سوء استغلال المراهقين والشباب لأوقات الفراغ:
١٥٦	طرق الوقاية والعلاج:
١٥٩	الفصل التاسع - مشكلة جنوح الأحداث
١٦١	مقدمة:
١٦١	تعريف جنوح الأحداث:
١٦٢	الفروق بين الجنسين في الجنوح:
١٦٣	أسباب جنوح الأحداث:
١٦٧	طرق الوقاية والعلاج من جنوح الأحداث:

- ١٧١ الفصل العاشر - مشكلة الإدمان على المخدرات
- ١٧٣ أهمية دراسة مشكلة الإدمان على المخدرات:
- ١٧٥ تعريف الإدمان على المخدرات:
- ١٧٦ أصناف المخدرات:
- ١٧٨ الآثار الناجمة عن تعاطي المخدرات:
- ١٨٣ الأسباب المفسرة لتعاطي المخدرات:
- ١٩٠ أعراض تعاطي المخدرات:
- ١٩١ الوقاية من تعاطي المخدرات:
- ١٩٢ علاج تعاطي المخدرات:
- ١٩٧ الفصل الحادي عشر - مشكلة تعاطي التدخين
- ٢٠٠ التركيب الكيميائي للتبغ:
- ٢٠١ أضرار التدخين:
- ٢٠٥ أسباب التدخين:
- ٢٠٧ أساليب الوقاية والعلاج من التدخين:
- ٢١١ خطوات الإقلاع عن التدخين:
- ٢١٣ الباب الرابع - المشكلات الدراسية عند المراهقين والشباب
- ٢١٥ الفصل الثاني عشر - مشكلة التأخر الدراسي
- ٢١٧ مفهوم التأخر الدراسي:
- ٢١٧ تعريف التأخر الدراسي:
- ٢١٨ أنواع التأخر الدراسي:
- ٢١٩ سمات الطلاب المتأخرين دراسياً:
- ٢٢٠ أسباب التأخر الدراسي:
- ٢٢٥ طرق الوقاية والعلاج من التأخر الدراسي:
- ٢٣٣ الفصل الثالث عشر - ضعف الدافعية للدراسة والتعلم
- ٢٣٥ مقدمة:
- ٢٣٦ مفهوم الدافعية للتعلم:

- ٢٣٧ الدافعية الداخلية والدافعية الخارجية:
- ٢٤٠ ضعف الدافعية للتعلم
- ٢٤١ هل يمكن التعلم من دون دافعية؟
- ٢٤٣ وظيفة الدافعية في التعلم:
- ٢٤٦ أسباب ضعف الدافعية للتعلم:
- ٢٥٠ أساليب التغلب على ضعف الدافعية للتعلم:
- دور المرشد النفسي المدرسي(الطلابي) في التغلب على ضعف دافعية الطلاب
- ٢٥٦ للدراسة والتعلم:
- ٢٥٩ الفصل الرابع عشر - مشكلة الهروب من المدرسة
- ٢٦١ مقدمة:
- ٢٦٢ تعريف الهروب من المدرسة:
- ٢٦٢ أسباب الهروب من المدرسة:
- ٢٦٤ الوقاية والعلاج من مشكلة الهروب من المدرسة:
- ٢٦٧ الفصل الخامس عشر - غياب الطلاب عن المدرسة
- ٢٦٩ مقدمة:
- ٢٧٠ مفهوم غياب الطالب عن المدرسة:
- ٢٧٠ أسباب غياب الطلاب عن المدرسة:
- ٢٧٣ أساليب الوقاية والعلاج:
- ٢٧٥ الفصل السادس عشر- مشكلة عادات الدراسة الخاطئة
- ٢٧٧ مقدمة:
- ٢٧٨ مفهوم عادات الدراسة الخاطئة:
- ٢٧٨ آثار عادات الدراسة الخاطئة:
- ٢٧٩ أسباب عادات الدراسة الخاطئة:
- ٢٨١ الإجراءات العلاجية لعادات الدراسة الخاطئة:
- ٢٨٥ الفصل السابع عشر - ضعف القدرة على تركيز الانتباه عند الطلاب
- ٢٨٧ طبيعة مشكلة ضعف القدرة على تركيز الانتباه:

- ٢٨٧ تعريف ضعف القدرة على تركيز الانتباه:
- ٢٨٨ أسباب ضعف القدرة على تركيز الانتباه عند الطلاب:
- ٢٩٠ . . . طرق الوقاية والعلاج لضعف القدرة على تركيز الانتباه عند الطلاب:
- ٢٩٥ . . الفصل الثامن عشر - المشكلات المتعلقة بالمستقبل التعليمي والمهني
- ٢٩٧ مقدمة:
- ٢٩٨ العوامل المؤثرة في اختيار المراهق لمهنته:
- ٣٠٤ أسس التوجيه التعليمي والمهني:
- ٣٠٨ المشكلات المهنية التي تحتاج إلى توجيه وإرشاد:
- ٣١٢ **المراجع**
- ٣١٢ أولاً - المراجع العربية:
- ٣٢٤ ثانياً - المراجع الأجنبية:
- ٣٢٧ المؤلف في سطور

