

# گروه مردمی مجنا

کمیته آموزش و پژوهش

راه های مقابله با نوجوانان

گستاخی که

حاضر جوابی می کنند



جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان وارد سایت زیر شوید

[WWW.MAJNA.IR](http://WWW.MAJNA.IR)



# گروه مردمی مجنا

کمیته آموزش و پژوهش

## مقدمه

بعضی از نوجوانان به دلیل سرشت نوجوانی اساساً تندخو هستند و زبان تندی دارند، اما این دلیل نمی‌شود که حاضر جوابی گستاخانه و رفتارهای غیرمحترمانه بعضی از آنان را بپذیریم و چنین اتفاقاتی را کاملاً عادی بدانیم.

یافته‌های تحقیقاتی نشان می‌دهند نوجوانان بی‌ادب به احتمال زیاد به بزرگسالان بی‌ادب تبدیل خواهند شد، بنابراین بسیار مهم است که همه پدرها و مادرها، نحوه غلبه کردن بر خشم بدون حاضر جوابی و رفتارهای غیرمحترمانه را به نوجوانان بیاموزند. البته پاسخ والدین به این حاضر جوابی‌ها باید حساب‌شده و مناسب باشد تا نقش موثری در روند تربیت نوجوانان بر جا بگذارد.

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان وارد سایت زیر شوید

[WWW.MAJNA.IR](http://WWW.MAJNA.IR)



# گروه مردمی مجنا

کمیته آموزش و پژوهش

## آرامش خودتان را حفظ کنید

فریاد زدن یا مشاجره کردن فقط باعث تشدید هرچه بیشتر اوضاع خواهد شد، بنابراین بدون توجه به رفتار یا گفتار غیرمحترمانه فرزند نوجوانتان، در درجه اول باید آرامشتان را حفظ کنید. برای این کار چند نفس عمیق بکشید، کمی راه بروید یا به خودتان مکرراً یادآوری کنید که باید آرام بمانید. جلوگیری از فوران خشم، بهترین کار برای والدین است.

## تلاش نوجوان برای جلب توجه را نادیده بگیرید

حاضر جوابی نوجوانان اغلب در این تمایل آنان ریشه دارد که از انجام دادن کارهای سپرده شده به خودشان طفره روی کنند. پس هرچه نوجوان بیشتر بتواند پدر یا مادر را درگیر مشاجره کند، بیشتر هم می‌تواند انجام دادن کار مورد نظر را به تاخیر بیندازد.

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان وارد سایت زیر شوید

[WWW.MAJNA.IR](http://WWW.MAJNA.IR)



# گروه مردمی مجنا

کمیته آموزش و پژوهش

## قوانینی وضع کنید که بر احترام تاکید دارند

هر خانواده‌ای باید قوانین مشخصی داشته باشد تا به وضوح نشان دهد کدام رفتارها قابل قبول و پسندیده هستند و کدام رفتارها غیرقابل تحمل و ناپسند درحالی که بعضی از والدین به رفتارهای خشمگینانه فرزند نوجوان خودشان مانند محکم کوبیدن درها اهمیت خاصی نمی‌دهند، اما بعضی از والدین هم هرگز چنین رفتارهایی را تحمل نمی‌کنند، بنابراین این موضوع باید در هر خانه و خانواده‌ای واضح باشد که رفتارهایی مانند ناسزاگویی، تهدید، حرف‌های تحقیرآمیز و جواب‌های غیرمنطقی و دندان‌شکن به پیامدهای منفی منتهی خواهد شد.

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان وارد سایت زیر شوید

[WWW.MAJNA.IR](http://WWW.MAJNA.IR)



# گروه مردمی مجنا

کمیته آموزش و پژوهش

## آرامش خودتان را حفظ کنید

فریاد زدن یا مشاجره کردن فقط باعث تشدید هرچه بیشتر اوضاع خواهد شد، بنابراین بدون توجه به رفتار یا گفتار غیرمحترمانه فرزند نوجوانتان، در درجه اول باید آرامشتان را حفظ کنید. برای این کار چند نفس عمیق بکشید، کمی راه بروید یا به خودتان مکرراً یادآوری کنید که باید آرام بمانید. جلوگیری از فوران خشم، بهترین کار برای والدین است.

## تلاش نوجوان برای جلب توجه را نادیده بگیرید

حاضر جوابی نوجوانان اغلب در این تمایل آنان ریشه دارد که از انجام دادن کارهای سپرده شده به خودشان طفره روی کنند. پس هرچه نوجوان بیشتر بتواند پدر یا مادر را درگیر مشاجره کند، بیشتر هم می تواند انجام دادن کار مورد نظر را به تاخیر بیندازد.

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان وارد سایت زیر شوید

[WWW.MAJNA.IR](http://WWW.MAJNA.IR)



# گروه مردمی مجنا

کمیته آموزش و پژوهش

## تسلیم نشوید

اگر نوجوان از پیروی از درخواست‌های معقول و صحیح شما سرپیچی کرد یا به رفتارهای غیرمحرمانه ادامه داد، حتماً به او هشدار بدهید و بگویید که اگر این رفتارش را متوقف نکند، چه پیامدهای منفی و ناخوشایندی در انتظار او خواهد بود. البته این هشدار دادن باید یکبار انجام شود و دائماً تکرار نشود. پس فقط یک هشدار بدهید و اگر رفتار نوجوان تغییر نکرد، پیامد رفتارش را به او نشان دهید. این پیامدهای انتخابی توسط والدین باید معقول و مناسب باشند؛ مثل سلب بعضی از امتیازات از نوجوان یا محول کردن مسئولیت‌های بیشتر به او .



جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان وارد سایت زیر شوید

[WWW.MAJNA.IR](http://WWW.MAJNA.IR)



# گروه مردمی مجنا

کمیته آموزش و پژوهش

## مساله را با همدیگر حل کنید

اگر حاضر جوابی در خانه و خانواده شما از مسائل رایج و همیشگی است، از این فرصت برای آموزش دادن مهارت‌های حل مسائل به نوجوان استفاده کنید. برای این کار ابتدا باید منتظر بمانید تا همه طرفین ماجرا آرام شوند و بعد برای حل مشکل با یکدیگر همکاری کنید. مثلا والدین باید نگرانی خودشان درباره بی احترامی را برای نوجوان بیان کنند و از او بخواهند نظراتش را در جهت حل این مشکل ارائه دهد. نوجوان باید بداند که والدین خواستار احترام دوطرفه هستند.

در کنار این‌ها، به نوجوان نشان دهید که اراده لازم برای تغییر دادن بعضی از چیزها را دارید. مثلا اگر نوجوان به این دلیل حاضر جوابی می‌کند که شما همیشه وسط برنامه تلویزیونی مورد علاقه‌اش از او می‌خواهید که اتاقش را تمیز کند، با همدیگر در این مورد صحبت کنید تا بتوانید راه حل کاملی پیدا کنید.

## نظرتان راجب این آموزش چیست؟

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان وارد سایت زیر شوید

[WWW.MAJNA.IR](http://WWW.MAJNA.IR)

