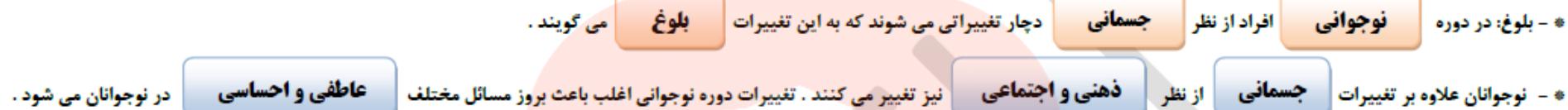


* - نوجوانان، گروه سنی **دوازده تا هجده سال** را تشکیل می‌دهند.



* - حقوق ما نوجوانان:

ما حق داریم درس بخوانیم، مطالعه کنیم، حرفه و مهارت بیاموزیم، به ورزش و هنر بپردازیم، استعدادهای خود را بشناسیم و شکوفا کنیم، تفریح و شادی کنیم و از زندگی لذت ببریم

* - مسئولیت ما نوجوانان:

ما وظیفه داریم از این دوره‌ی زندگی به خوبی استفاده کنیم و قدر امکاناتی را که خانواده و مدرسه در اختیار ما می‌گذارد بدانیم. ما نوجوانان رو به جوانی و بزرگسالی حرکت می‌کنیم و باید هدف‌هایی برای زندگی خود داشته باشیم.

* - دوره‌ی نوجوانی افراد بیشتر در معرض آسیب‌های اجتماعی قراردارند:

در این دوره به دلیل برخی خصوصیاتی که در دوران بلوغ به وجود می‌آید افراد حساس ترند و ممکن است روحیه‌ی هیجانی و کنجکاوی آنها باعث شود که بیشتر در معرض آسیب‌های اجتماعی قرار بگیرند

* - از جمله آسیب‌های اجتماعی که مشکلات زیادی برای افراد یک جامعه به وجود می‌آورد است.

اعتیاد و **نزاع** و **پرخاشگری** است.

* - پرخاشگری و نزاع نتیجه‌ی کنترل نکردن است.

خشم است.

* - خشم و عصبانیت **احساسی طبیعی** است

* - چه افرادی پرخاشگر می‌شوند:

افرادی که راه‌های درست ابراز خشم را یاد نکرته و نمی‌توانند به طور معمول خشم خود را کنترل (مهار) کنند به افراد پرخاشگر تبدیل می‌شوند

* - شکل‌های مختلف رفتارهای پرخاشگرانه:

شکستن و تخریب وسایل → **بی ادبی نمودن** → **مسخره کردن** → **آزار و اذیت** → **کنگ زدن**

ناسزا گفتن → **تحقیر دیگران**

نایابد به وسائل یا اموال خودم و دیگران صدمه بزنم

نایابد به دیگران صدمه بزنم

نایابد به خودم صدمه بزنم

* - سه قاعده درهنگام خشم و عصبانیت :

نفس های عمیق بکشیم و از یک تا ۵۰ بشماریم

به خدا پناه ببریم و با گفتن ذکر و نام و یاد خدا خود را آرام کنیم

علت عصبانیت خود را مودبانه و آرام بیان کنیم

اگر نمی توانیم خود را آرام کنیم، محیط ناراحت کننده را ترک کنیم

به حرف های طرف مقابل، خوب گوش کنیم و حرف های او را قطع نکنیم

به آرامی از او سوال کنیم چرا از دست ما عصبانی است و علت چیست؟

اگر کسی از دست ما خیلی عصبانی است به طوری که حاضر به شنیدن حرف های ما نیست و ممکن است به ما صدمه بزند، فوراً صحنه را ترک کنیم و از بزرگ ترها کمک بخواهیم

اگر اشتباهی مرتكب نشده ایم، با آرامش توضیح دهیم و اگر اشتباهی کرده ایم عذر خواهی کنیم و راهی برای جبران اشتباه پیدا کنیم

* - وقتی ما از دست کسی عصبانی هستیم:

* - وقتی دیگری از دست ما عصبانی است:

خشم دشمن توست، پس آن را بر خود مسلط مکرداخ

هر کسی مالک خشم خود نباشد، مالک عقل خود نخواهد بود

* - حضرت علی (ع) در باره خشم فرمود:

* - امام صادق(ع) در باره خشم فرمود:

مواد مخدر

است

موادی هستند که مصرف آنها تغییراتی روی سیستم عصبی ایجاد می کند و باعث کم شدن هوشیاری و بی حسی و بی حالی می شوند اما پس از تمام شدن انر آن روی مغز، فرد حال بسیار بدی پیدا می کند و مجبور است دوباره به سمت آن ماده برود

* - مواد مخدر:

برای فرار از مشکلات ، کنجکاوی ، تحت تأثیر دیگران قرار گرفتن ، جرأت و مهارت نه گفتن را ندارند ، خودنمایی ، شکست های جزئی در زندگی و