

نوین گام

مرجع آموزش ابتدایی، دبیرستان و کنکور



ما توی این مسیر هواتون رو داریم

چجوری؟! اینجوری



۱. نوجوانان چه گروه سنی را تشکیل می دهند؟ نوجوانان گروه سنی دوازده تا هجده سال را تشکیل می دهند.
۲. در دوره نوجوانی افراد دچار چه تغییراتی می شوند؟ در این دوره افراد از نظر جسمانی دچار تغییراتی می شوند که به این تغییرات بلوغ می گویند. نوجوانان علاوه بر تغییرات جسمانی از نظر ذهنی و اجتماعی نیز تغییر می کنند.
۳. تغییرات دوره نوجوانی اغلب باعث بروز چه مسائلی می شود؟ تغییرات این دوره اغلب باعث بروز مسائل مختلف عاطفی و احساسی در نوجوانان می شود.
۴. ما نوجوانان چه حقوقی داریم؟ 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.
۵. وظیفه ی (مسئولیت) ما نوجوانان چیست؟ ما وظیفه داریم از این دوره ی زندگی خود که هنوز مسئولیت اداره ی یک خانواده را بر عهده نگرفته ایم به خوبی استفاده کنیم و قدر امکاناتی را که خانواده و مدرسه در اختیار ما می گذارد بدانیم ما نوجوانان رو به جوانی و بزرگسالی حرکت می کنیم و باید هدف هایی برای زندگی خود داشته باشیم.
۶. به چه دلیل دوره ی نوجوانی افراد بیشتر در معرض آسیب های اجتماعی قرار می گیرند؟ در این دوره به دلیل برخی خصوصیتی که در دوران بلوغ به وجود می آید افراد حساس ترند و ممکن است روحیه ی هیجانی و کنجکاوی آنها باعث شود که بیشتر در معرض آسیب های اجتماعی قرار بگیرند.
۷. از جمله آسیب های اجتماعی که مشکلات زیادی برای افراد یک جامعه به وجود می آورد چیست؟ پرخشگری و نزاع - اعتیاد

۸. کسانی به افراد پر خاشگر تبدیل می شوند؟ افرادی که راه های درست ابراز خشم را یاد نگرفته و نمی توانند به طور معمول خشم خود را کنترل (مهار) کنند به افراد پر خاشگر تبدیل می شوند و ممکن است در بزرگسالی نیز به این رفتار ادامه دهند.

۹. رفتارهای پر خاشگرانه به چه شکل هایی مکن است بروز کند؟ به شکل های مختلفی مانند: آزار و اذیت، کتک زدن، مسخره کردن و تحقیر کردن دیگران، بی ادبی نمودن و ناسزا گفتن و شکستن و تخریب وسایل، بروز کنند.

۱۰. سه قاعده را که در هنگام خشم و عصبانیت باید به خاطر بسپاریم بیان کنید؟ ۱- نباید به خودم صدمه بزنم ۲- نباید به دیگران صدمه بزنم ۳- نباید به وسایل یا اموال خودم و دیگران صدمه بزنم.

۱۱. وقتی ما از دست کسی عصبانی هستیم چه کارهایی باید انجام دهیم؟ به خدا پناه ببریم و با گفتن ذکر و نام و یاد خدا خود را آرام کنیم - نفس های عمیق بکشیم و از یک تا ده بشماریم - اگر نمی توانیم خود را آرام کنیم، محیط ناراحت کننده را ترک کنیم - برای آرام کردن خود از گفت و گو و مشورت با بزرگ ترها کمک بگیریم.

۱۲. وقتی دیگری از دست ما عصبانی است چه کارهایی باید انجام دهیم؟ به آرامی از او سوال کنیم چرا از دست ما عصبانی است و علت چیست؟ - به حرف های طرف مقابل، خوب گوش کنیم و حرف های او را قطع نکنیم - اگر اشتباهی مرتکب نشده ایم، با آرامش توضیح دهیم و اگر اشتباهی کرده ایم عذر خواهی کنیم و راهی برای جبران اشتباه پیدا کنیم - 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.

۱۳. حضرت علی (ع) در باره خشم چه فرمود؟ خشم دشمن توست، پس آن را بر خود مسلط مگردان.

۱۴. مواد مخدر چیست ؟ 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 اثر آن روی مغز ، فرد حال بسیار بدی پیدا می کند و مجبور است دوباره به سمت آن ماده برود به عبارت دیگر فرد به آن وابستگی پیدا می کند و حاضر است برای به دست آوردن آن ماده هر کاری بکند .

۱۵. نوجوانان گروه سنی تا..... سال را تشکیل می دهند .
(دوازده - هجده) .

۱۶. نوجوانی فرصتی برای کسب و است .
(شایستگی ها - مهارت های زندگی)

۱۷. پر خاشگری و نزاع نتیجه ی کنترل نکردن است . (خشم)
(

۱۸. خشم و عصبانیت احساسی است . (طبیعی)

۱۹. یکی دیگر از آسیب هایی که در هر کشوری افراد به ویژه جوانان را تهدید می کند
اعتیاد به است . (مواد مخدر)

نوین گام

مرجع آموزش ابتدایی، دبیرستان و کنکور



ما توی این مسیر هواتون رو داریم

چجوری؟! اینجوری

