

درس ۵ آسیب های اجتماعی و پیشگیری از آنها

نکات مهم درس

دوره نوجوانی و بلوغ

نوجوانان، گروه سنی دوازده تا هجده سال را تشکیل می دهند. به تغییرات جسمانی، ذهنی و اجتماعی نوجوان دوره بلوغ می گویند. تغییرات دوره نوجوانی، اغلب باعث بروز مسائل مختلف عاطفی و احساسی در نوجوانان می شود.

نوجوانان دارای چه حقوقی هستند

ما نوجوانان، سرشار از نیرو و توانایی هستیم. 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. ما وظیفه داریم از این دوره زندگی خود که هنوز مسئولیت اداره یک خانواده را برعهده نگرفته ایم، به خوبی استفاده کنیم و قدر امکانتی را که خانواده و مدرسه در اختیار ما می گذارند، بدانیم. ما نوجوانان رو به جوانی و بزرگسالی حرکت می کنیم و باید هدف هایی برای زندگی خود داشته باشیم.

چرا نوجوانی دوره ای حساس و مهم است؟

نوجوانی، فرصتی برای کسب شایستگی ها و مهارت های زندگی است و این فرصت کوتاه را باید غنیمت شمرد، دوره به دلیل برخی خصوصیات که در دوران بلوغ به وجود می آید، افراد حساس ترند و ممکن است روحیه هیجانی و کنجکاوی آنها باعث شود که بیشتر در معرض آسیب های اجتماعی قرار بگیرند.

برخی از آسیب های اجتماعی که نوجوانان را تهدید می کند پر خاشگری و نزاع و اعتیاد است.





پرخاشگری و نزاع

نتیجه کنترل نکردن **خشم** است



یک احساس طبیعی است. (همه گاهی عصبانی می شوند.)

مهم این است که در موقع **خشم رفتاری مناسب** از خودمان بروز دهیم

یاد نگرفتن راه های درست ابراز خشم

تبدیل شدن به فردی پرخاشگر



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

برخی از اشکال رفتارهای پرخاشگرانه
آزار و اذیت، کتک زدن، مسخره کردن و تحقیر دیگران، بی ادبی نمودن و ناسزا گفتن و شکستن و تخریب وسایل

پرخاشگری باعث بروز مشکلاتی در یادگیری و تحصیل می شود. و زمینه را برای سایر آسیب های اجتماعی فراهم می کند.

در هنگام خشم و عصبانیت این سه قاعده را به خاطر بسپارید

❖ نباید به خودم صدمه بزنم.

❖ نباید به دیگران صدمه بزنم.

❖ نباید به وسایل و اموال خودم و دیگران صدمه بزنم.



وقتی ما از دست کسی عصبانی هستیم



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

❖ نفسهای عمیق بکشیم و از یک تا ده بشماریم.

❖ با رعایت سه قاعده‌ای که در بالا گفته شد، علت عصبانیت خود را

مؤدبانه و آرام بیان کنیم.

❖ اگر نمی‌توانیم خود را آرام کنیم، محیط ناراحت کننده را ترک کنیم.

❖ برای آرام کردن خود از گفتوگو و مشورت با بزرگترها کمک بگیریم.

❖ خوبی‌های طرف مقابل را به یاد بیاوریم .



وقتی کسی از دست ما عصبانی است

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

❖ به حرف‌های طرف مقابل، خوب گوش کنیم و حرف‌های او را قطع نکنیم.

❖ اگر اشتباهی مرتکب نشده ایم، با آرامش توضیح دهیم و اگر اشتباهی کرده ایم

عذرخواهی کنیم و راهی برای جبران اشتباه، پیدا کنیم.



❖ اگر کسی از دست ما خیلی عصبانی است، به طوری که

حاضر به شنیدن حرف‌های ما نیست و ممکن است به ما

صدمه بزند، فوراً صحنه را ترک کنیم و از بزرگترها کمک

بخواهیم.

مواد مخدر، تجربه ای خطرناک

مواد مخدر چه نوع موادی هستند؟

مخدر، موادی هستند که مصرف آنها تغییراتی روی سیستم عصبی ایجاد می‌کند و باعث کم

شدن هوشیاری و بی‌حسی و بی‌حالی می‌شوند و پس از تمام شدن اثر آن روی مغز، فرد حال

بسیار بدی پیدا می‌کند و مجبور است دوباره به سمت آن ماده برود. به عبارت دیگر فرد به آن

وابستگی پیدا می‌کند و حاضر است برای به دست آوردن آن ماده هر کاری بکند.



چرا برخی افراد، گول می خورند و به سمت چنین موادی گرایش پیدا می کنند؟

برای فرار از مشکلات

نداشتن جرات و مهارت نه گفتن

کنجکاوی (تجربه کردن چیزهای جدید)

خودنمایی (دیگر بچه نیست)



نظر قانون در باره مواد مخدر و مجازات افراد

بر طبق قانون، نگهداری و مخفی نمودن، خرید و فروش و پخش، مصرف و

واردات و صادرات مواد مخدر جرم است. افرادی که مواد مخدر را در جامعه پخش یا خرید و

فروش کنند با شدیدترین مجازات ها روبرو می شوند. گاهی ممکن است قاچاقچیان مواد مخدر،

کودکان و نوجوانان را فریب دهند و از آنها سوء استفاده کنند و بخواهند در مقابل دریافت پولی،

مقداری از این مواد را برایشان جا به جا کنند.

اگر نوجوانی این کار خطا را بکند، حتی اگر فریب خورده و مجبور شده باشد، مجرم شناخته شده

و به زندان منتقل می شود، چون عمل مجرمانه ای انجام داده است.