

نُجْوَانَانِ وَجَوَانَانِ، سِرْمَايَهَا اَرَزْمَنْدِ

www.ketab.ir

عباس محذور

سرشناسه:	سلحشور، عباس، ۱۳۵۰ -
عنوان و نام پدیدآور:	نوجوانان و جوانان سرمایه‌های ارزشمند / تألیف عباس سلحشور.
مشخصات نشر:	اصفهان: نشر دارخوین، ۱۳۹۷.
مشخصات ظاهری:	۲۴۰ ص.
شابک:	۹۷۸-۶۰۰-۳۸۰-۷۷۶-۱
وضعیت فهرست‌نویسی:	فیپا
یادداشت:	کتابنامه.
موضوع:	نوجوانان و جوانان
موضوع:	Youth
موضوع:	نوجوانان و جوانان -- بهداشت روانی
موضوع:	Youth -- Mental health
رده‌بندی کنگر	HQ۷۹۶/س۸ن۹ ۱۳۹۷
رده‌بندی دیوپی:	۳۰۵/۲۳۵
شماره کتابشناسی ملی:	۱۵۴۰۵۳۲۶

www.ketab.ir



نوجوانان و جوانان سرمایه‌های ارزشمند

نویسنده: عباس سلحشور

ویراستار: خدیجه سلحشوری

صفحه‌آرا و طراح جلد: محمد کاظم شمسایی

ناشر: دارخوین

نوبت: اول، ۱۳۹۷

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

بها: ۲۵۰۰۰ تومان

مقدمه	۲۳
-------	----

فصل اول؛ بهداشت و سلامت روانی؛ نوجوانان و جوانان

بهداشت روانی	۲۵
سلامت روانی	۲۵
تندرست	۲۶
هدف بهداشت روانی	۲۶
فعالیت‌های لازم برای سلامت روانی	۲۶
عوامل مؤثر در تأمین بهداشت و سلامت روانی	۲۶
عواملی که سلامت روح و روانی جوانان را به هم می‌زند	۲۷
مکانیزم‌ها و واکنش‌های دفاعی نوجوانان و جوانان	۲۷
فشار روانی	۲۸
عوامل ایجاد فشار روانی	۲۸
چه کسانی بیشتر دچار فشار روانی می‌شوند؟	۲۸
مهارت‌های کنترل فشار روانی	۲۸
نقش خانواده‌ها در سلامت و بهداشت روانی نوجوانان و جوانان	۲۸
اسلام و بهداشت روانی	۲۹

فصل دوم؛ نوجوانان و جوانان سرمایه‌های ارزشمند

نوجوانان و جوانان سرمایه‌های ارزشمند	۳۱
مفاهیم نوجوانی و جوانی و تقسیم سنی این دوره‌ها	۳۲
اصطلاحات دوره نوجوانی و جوانی	۳۴

حالات دوره نوجوانی و جوانی.....	۳۵
خصوصیات عاطفی دوره نوجوانی و جوانی.....	۳۶
ویژگی‌های اجتماعی نوجوانان و جوانان.....	۳۶
جامعه‌پذیری نوجوانان و جوانان.....	۳۷
ارزش دوران نوجوانی و جوانی از دیدگاه اسلام.....	۳۸
بهترین جوان‌ها در آئینه آیات و روایات.....	۳۸
الف) آیات قرآن کریم.....	۳۸
ب) روایات.....	۳۹
آنچه نوجوانان و جوانان باید بدانند.....	۳۹
جوان و کمال.....	۴۰
در حسرت جوانی.....	۴۰
دسته‌بندی نیازهای نوجوانان و جوانان.....	۴۰
نیازهای جدید و مهم نوجوانان و جوانان.....	۴۱
ارزش‌ها.....	۴۱
برترین ارزش‌ها.....	۴۱
اقسام جوان.....	۴۲
ویژگی‌های جوانان طلایی.....	۴۲
جوان و جوانی.....	۴۳
نوجوانان و جوانان الگو.....	۴۴
تربیت دینی نوجوانان و جوانان.....	۴۵
تربیت.....	۴۵
دین.....	۴۵
اهمیت و ضرورت تربیت دینی.....	۴۶
ویژگی‌های نوجوان و جوان از نظر اسلام.....	۴۶
رهنمودهای کلی در برخورد با نوجوانان و جوانان.....	۴۸

حرف دل نوجوانان و جوانان به پدران و مادران خود.....	۴۹
شیوه‌های نقد و انتقاد نوجوانان و جوانان.....	۵۰
نظریه‌های مختلف در مورد انسان کامل.....	۵۲
۱. مکتب عقل.....	۵۲
۲. مکتب عشق.....	۵۲
۳. مکتب قدرت.....	۵۲
۴. مکتب محبت.....	۵۲

فصل سوم؛ ویژگی‌های روحی و روانی نوجوانان و جوانان

تخیل‌گرایی در نوجوانان و جوانان.....	۵۵
ماجرای جویی در نوجوانان و جوانان.....	۵۶
کمال‌گرایی نوجوانان و جوانان.....	۵۶
هویت جویی نوجوانان و جوانان.....	۵۷
بحران هویت در نوجوانان و جوانان.....	۵۸
پیامدهای بحران هویت.....	۵۸
عصبانیت (عصبی بودن نوجوانان و جوانان).....	۵۹
عکس‌العمل‌های عصبانیت.....	۵۹
آثار روانی و اجتماعی عصبانیت.....	۵۹
چگونه عصبانیت خود را مهار و کنترل کنیم؟.....	۵۹
خشم و عصبانیت در آیینۀ احادیث و روایات.....	۶۰
قلدری.....	۶۰
انواع قلدری.....	۶۱
ترس در دوران نوجوانی و جوانی.....	۶۱
مهم‌ترین ترس‌ها.....	۶۲

۶۲	اضطراب در نوجوانان و جوانان
۶۳	علل اضطراب
۶۳	روش‌های پیشگیری از اضطراب
۶۴	روش‌های ساده برای کاهش استرس و اضطراب و رسیدن به شادی
۶۴	پرخاشگری در نوجوانان و جوانان
۶۶	مشخصات افراد پرخاشگر
۶۶	علل پرخاشگری
۶۷	راه‌های درمان پرخاشگری
۶۷	کم‌رویی در نوجوانان و جوانان و راه‌های درمان آن
۶۸	علائم کم‌رویی
۶۸	علل کم‌رویی
۶۹	راه‌های درمان کم‌رویی
۶۹	افسردگی در سنین نوجوانی و جوانی
۶۹	تعریف افسردگی
۷۰	عوامل ایجادکننده افسردگی
۷۰	مشخصات ویژگی‌های افراد افسرده
۷۱	راه‌های کمک به افراد افسرده
۷۱	چگونه شاد باشیم
۷۲	خودخواهی در نوجوانان و جوانان
۷۴	راه‌های پیشگیری از خودخواهی و فخر و مباهات
۷۵	خود و انواع آن
۷۵	۱. خود عالی
۷۶	۲. خوددانی
۷۶	تکبر در نوجوانان و جوانان
۷۷	اقسام تکبر

۱. تکبر در برابر خداوند ۷۷
۲. تکبر در برابر ولی خدا ۷۷
۳. تکبر در برابر بندگان خدا ۷۸
- علل و عوامل تکبر ۷۸
۱. علم ۷۸
۲. عبادت ۷۸
۳. تشب ۷۸
- آثار تکبر ۷۹
۱. مانند در جهل مرکب ۷۹
۲. عدم مشورت با دیگران ۷۹
۳. خوار و ذلت ۷۹
۴. آتش جهنم ۷۹
- راه‌های درمان کبر و غرور ۷۹
۱. اندیشیدن درباره خود ۷۹
۲. اندیشیدن درباره نیازمندی خود ۸۰
۳. اندیشیدن درباره خداوند و قدرت پاهای او ۸۰
۴. تفکر پیرامون آیات الهی در گستره هستی ۸۰
۵. پیدا کردن علل و عوامل تکبر ۸۰
- دزدی در سنین نوجوانی و جوانی ۸۰
- علل دزدی ۸۱
- دروغ‌گویی در سنین نوجوانی و جوانی ۸۱
- علل دروغ‌گویی ۸۱
- راه‌های درمان دروغ‌گویی ۸۱
- راه‌های برخورد مؤثر با دروغ و دروغ‌گویی ۸۲
- فرار از مدرسه یا خانه و نوجوانان و جوانان ۸۲
- علل فرار از مدرسه و یا خانه ۸۳

فصل چهارم؛ ویژگی‌های ارزشمند نوجوانان و جوانان

عشق	۸۵
اقسام عشق	۸۵
ایمان	۸۶
اقسام ایمان	۸۶
رابطه میان ایمان و عمل صالح	۸۶
راه‌های رسیدن به ایمان و عمل صالح	۸۷
زیبایی‌های خلد	۸۷
زشتی‌های قلب	۸۸
طاعت در جوانی	۸۸
عزم و اراده	۸۸
مراحل عهد و پیمان انسان با خدا	۸۸
عوامل تقویت کننده عزم و اراده	۸۹
همت در جوانی	۸۹
گناه	۸۹
اقسام گناه	۹۰
مستی	۹۰
اقسام مستی	۹۰
مستی در جوانی	۹۰
توبه (بازگشت)	۹۱
مراحل توبه	۹۲
فرصت توبه	۹۲
بعد اخلاقی و راست‌گویی	۹۳
چهل معروف در قرآن	۹۳

فصل پنجم؛ بلوغ و بلوغ زودرس در نوجوانان و جوانان

تعریف بلوغ.....	۹۷
ویژگی های بلوغ.....	۹۷
انواع بلوغ.....	۹۸
بلوغ عقلی.....	۹۸
پیامدهای بی اطلاعی از بلوغ.....	۹۹
بلوغ زودرس.....	۱۰۰
انواع بلوغ زودرس.....	۱۰۰
علل بلوغ زودرس.....	۱۰۰
عوارض بلوغ زودرس.....	۱۰۱
راه های درمان و تعدیل بلوغ زودرس (نحوه برخورد).....	۱۰۱

فصل ششم؛ انحرافات جنسی نوجوانان و جوانان

مهم ترین انحرافات جنسی دوران نوجوانی و جوانی.....	۱۰۳
علل و عوامل انحرافات جنسی در نوجوانان و جوانان.....	۱۰۳
روش های پیشگیری از انحرافات جنسی.....	۱۰۵
آسیب های اجتماعی.....	۱۰۶
انحراف اجتماعی و علل آن.....	۱۰۷

فصل هفتم؛ اخلاق و تربیت اخلاقی نوجوانان و جوانان

چیستی اخلاق.....	۱۰۹
علم اخلاق.....	۱۱۰
موضوع علم اخلاق.....	۱۱۰
مکاتب اخلاقی.....	۱۱۰

۱۱۰.....	اخلاق اسلامی
۱۱۱.....	انسان اخلاقی
۱۱۲.....	ارزش اخلاقی
۱۱۲.....	رابطه تربیت و اخلاق
۱۱۳.....	تعلیم و اخلاق
۱۱۳.....	ایمان و اخلاق
۱۱۴.....	فرهنگ و اخلاق
۱۱۵.....	دین و اخلاق
۱۱۵.....	آثار دین و دین باوری در اخلاق
۱۱۶.....	آداب و اخلاق
۱۱۶.....	تفاوت‌های آداب و اخلاق
۱۱۷.....	مراحل تحول اخلاقی کولبرگ
۱۱۷.....	فضائل و رذائل اخلاقی

فصل هشتم: فرهنگ و توجوانان و جوانان ایرانی

۱۱۹.....	فرهنگ
۱۱۹.....	فرهنگ در لغت
۱۲۰.....	فرهنگ از نظر اصطلاحی
۱۲۱.....	جهان فرهنگی
۱۲۱.....	ویژگی‌های فرهنگ
۱۲۱.....	سطوح فرهنگ
۱۲۱.....	هویت فرهنگی
۱۲۲.....	محیط فرهنگی
۱۲۲.....	ویژگی‌های فرهنگ ایرانی

۱۲۳	تأخر فرهنگی
۱۲۴	دفاع فرهنگی
۱۲۴	نقش و جایگاه فرهنگ و مدیریت فرهنگی
۱۲۵	لایه‌های فرهنگ
۱۲۶	اقسام فرهنگ
۱۲۶	ابعاد فرهنگ
۱۲۷	اصول حاکم بر مدیریت فرهنگی
۱۲۷	عوامل انسجام بخش فرهنگ و هویت ملی، مذهبی ایرانیان

فصل نهم: عزت و اعتماد به نفس در نوجوانان و جوانان

۱۲۹	بخش اول: عزت نفس
۱۳۰	عزت در برابر چه؟
۱۳۰	عزت نفس و بندگی خداوند
۱۳۰	ارکان اساسی عزت نفس
۱۳۱	خود پنداره (تصور مثبت)
۱۳۱	عوامل شکل‌گیری تصور مثبت خود پنداره
۱۳۱	ویژگی‌های انسان عزیز و دارای عزت نفس
۱۳۲	ویژگی‌های انسان‌های ذلیل و فاقد عزت نفس
۱۳۳	بخش دوم: اعتماد به نفس
۱۳۴	ضرورت وجود اعتماد به نفس
۱۳۵	عوامل مؤثر در اعتماد به نفس فرد
۱۳۵	راه‌های تقویت اعتماد به نفس
۱۳۶	شیوه‌های کمک به افراد فاقد اعتماد به نفس
۱۳۶	ویژگی‌های کسانی که اعتماد به نفس دارند
۱۳۷	ویژگی‌های کسانی که اعتماد به نفس ندارند

- علل عدم اعتماد به نفس ۱۳۸
- الف) عواملی که به خود فرد ارتباط دارد ۱۳۸
- ب) عوامل مربوط به خانواده‌ها ۱۳۸
- ج) عوامل مربوط به اجتماع ۱۳۹
- راه‌های پرورش اعتماد به نفس در کودکان، نوجوانان و جوانان ۱۳۹
- چگونه اعتماد به نفس خود را افزایش دهیم ۱۴۰

فصل دهم: سرمایه‌های رشد نوجوانان و جوانان

- توانایی‌های سرمایه‌های رشد انسان ۱۴۱
- محبت ۱۴۴
- نقش محبت ۱۴۴
- نیاز به محبت ۱۴۴
- محبوب حقیقی ۱۴۵
- آثار محبت به خدا ۱۴۶
- محبت‌های دوره نوجوانی و جوانی ۱۴۶
- آثار و فواید گروه دوستی در نوجوانان و جوانان ۱۴۷
- بهترین گروه‌ها برای ابراز محبت در دوره‌های نوجوانی و جوانی ۱۴۷
- جنبه‌های دوستی و محبت در نوجوانی ۱۴۸
- امانت داری ۱۴۸
- مصادیق امانت و امانت داری ۱۴۸
- وفاداری ۱۴۹
- وفای به عهد و پیمان ۱۴۹
- آثار وفای به عهد و پیمان ۱۴۹
- راه‌های افزایش وفای به عهد ۱۵۰

فصل یازدهم: آموزش حقوق برای نوجوانان و جوانان

مفهوم حق	۱۵۱
مفهوم تکلیف	۱۵۱
رابطه حق و تکلیف	۱۵۱
معنا و مفهوم حقوق	۱۵۲
قانون	۱۵۲
قانون اساسی	۱۵۳
ویژگی‌های قانون اساسی	۱۵۴
تفاوت و برتری قانون اساسی نسبت به سایر قوانین	۱۵۴
قوانین عادی	۱۵۴
فلسفه وجود قانون	۱۵۵
قاعده حقوقی	۱۵۵
عرف	۱۵۵
قانون و نظم اجتماعی	۱۵۵
نظم عمومی	۱۵۶
نقش قانون در برقراری عدالت	۱۵۶
ابعاد عدالت	۱۵۶
حکومت	۱۵۶
دولت	۱۵۷
حاکمیت	۱۵۷
منشأ حکومت	۱۵۸
حقوق فردی	۱۵۸
مهم‌ترین حقوق فردی	۱۵۸
تربیت اجتماعی	۱۶۱

۱۶۲	 حقوق اجتماعی
۱۶۳	 مهم‌ترین حقوق اجتماعی

فصل دوازدهم: بزهکاری و جرم در نوجوانان و جوانان

۱۶۵	 بزه (جرم)
۱۶۵	 بزهکار کیست؟
۱۶۵	 مصادیق بزه
۱۶۶	 بزهکاری که خان نوجوانان
۱۶۶	 انواع مجازات
۱۶۷	 راه‌های پیشگیری از جرم

فصل سیزدهم: خانواده و تأثیر آن بر سلامت جامعه و نوجوانان و جوانان

۱۶۹	 خانواده
۱۶۹	 تعریف خانواده
۱۷۰	 خانواده عامل تربیت
۱۷۰	 انواع خانواده‌ها از نظر سبک زندگی و روش‌های تربیتی
۱۷۱	 تربیت معنوی و نقش خانواده‌ها
۱۷۲	 خانواده و نماز
۱۷۳	 خانواده سالم و نقش آن در توسعه
۱۷۴	 تشکیل خانواده
۱۷۴	 آثار مثبت تشکیل خانواده
۱۷۵	 مهارت‌های تحکیم خانواده
۱۷۵	 ویژگی‌های خانواده متعالی (بسامان)
۱۷۶	 نکاح (ازدواج)

سفارش به ازدواج (ازدواج در قرآن و روایات).....	۱۷۷
اقسام ازدواج.....	۱۷۷
صداق (مهریه).....	۱۷۸
جهیزیه.....	۱۷۸
نفقه.....	۱۷۸
برابری زن و مرد.....	۱۷۹
حقوق متقابل زن و شوهر.....	۱۷۹
نتایج ریاست مرد بر خانواده.....	۱۷۹
اهداف ازدواج.....	۱۸۰
معیارهای همسرشایسته (معیارهای همسرگزینی).....	۱۸۱
راه‌های شناخت همسر.....	۱۸۱
وظایف اختصاصی مرد در زندگی مشترک.....	۱۸۲
نقش‌های اختصاصی زن در زندگی مشترک.....	۱۸۲
وظایف فرزندان در قبال والدین.....	۱۸۳
مشکلات پیش روی جوانان برای ازدواج و تشکیل خانواده.....	۱۸۳
تسهیل در ازدواج.....	۱۸۴
عوامل تحکیم خانواده.....	۱۸۴
عوامل تزلزل خانواده.....	۱۸۵
چگونه با همسران خود شاد باشیم.....	۱۸۵
طلاق.....	۱۸۷
عوامل ایجادکننده طلاق.....	۱۸۷
پیامدهای طلاق برای فرزندان.....	۱۸۷
پیامدهای طلاق برای مردان.....	۱۸۸
پیامدهای طلاق برای زنان.....	۱۸۸
شعر طلاق (قسمتی از شعر طلاق، مهدی سهیلی).....	۱۸۹

فصل چهاردهم؛ عفاف، حجاب و آراستگی در نوجوانان و جوانان

۱۹۱	ارزش و جایگاه زن قبل از اسلام
۱۹۲	حجاب
۱۹۴	معنای لغوی و اصطلاحی حجاب
۱۹۴	حجاب در ایران باستان
۱۹۶	پوشش در دوران مادها
۱۹۶	پوشش در دوران پارس‌ها (هخامنشیان)
۱۹۶	پوشش زنان ایران باستان در دوران پارت‌ها (اشکانیان)
۱۹۷	پوشش در دوران ساسانیان قبل و بعد از اسلام
۱۹۸	جایگاه حجاب در اسلام
۱۹۹	عفاف و حجاب در اسلام
۱۹۹	عفاف و حجاب در آیین قرآن کریم
۲۰۰	عفاف و حجاب در احادیث و روایات
۲۰۱	فلسفه وجودی حجاب
۲۰۲	فواید حجاب
۲۰۲	علل بی‌حجابی در افراد و جامعه
۲۰۳	پیامدهای بی‌حجابی
۲۰۳	راه‌های ترویج حجاب و عفاف در جامعه
۲۰۴	فضیلت آراستگی
۲۰۵	آراستگی شیوه پیشوایان دین
۲۰۶	تناسب میان ظاهر و باطن
۲۰۶	عفاف و عزتمندی
۲۰۷	نوجوانان و جوانان و عفت و آراستگی
۲۰۷	فواید عفت و پاک‌دامنی

چه زنانی محرم مردان هستند ۲۰۸

چه مردانی محرم زنان هستند؟ ۲۰۸

فصل پانزدهم: نوجوانان و جوانان و اوقات فراغت

تعریف اوقات فراغت ۲۱۱

آثار و کارکردهای اوقات فراغت ۲۱۱

آثار و نتایج بی‌توجهی با اوقات فراغت جوانان ۲۱۲

تقسیم‌بندی اوقات فراغت ۲۱۲

اوقات فراغت در قرآن و کلام معصومین ۲۱۲

اوقات فراغت در کلام امام خمینی رحمته‌الله و مقام معظم رهبری علیه‌السلام ۲۱۳

فصل شانزدهم: اعتیاد و راه‌های پیشگیری از آن

اعتیاد ۲۱۵

اعتیاد چیست؟ ۲۱۵

الفبای اعتیاد ۲۱۶

مراحل اعتیاد ۲۱۶

۱. مرحله آغازین ۲۱۶

۲. مرحله نیاز بیشتر ۲۱۶

۳. مرحله ایزوله شدن ۲۱۶

حالت اعتیاد (حالات فرد معتاد) ۲۱۶

زیان‌های اعتیاد ۲۱۷

۱. زیان‌های اعتیاد برای خود فرد ۲۱۷

۲. زیان‌های اعتیاد برای خانواده ۲۱۷

۳. زیان‌های اعتیاد برای جامعه ۲۱۷

- ۲۱۸ اثرات مخرب مواد مخدر و اعتیاد
- ۲۱۸ عوامل زمینه ساز و مؤثر در ایجاد اعتیاد (زمینه‌های خطر ساز)
- ۲۱۹ علل گرایش نوجوانان و جوانان به مصرف مواد مخدر
- ۲۱۹ انواع مواد اعتیاد آور
- ۲۲۰ اسامی مواد اعتیاد آور
- ۲۲۱ عوامل خطر آفرین
- ۲۲۱ علائم شناسایی و هشدار دهنده افراد معتاد به مواد مخدر
- ۲۲۲ گروه‌های در معرض خطر اعتیاد
- ۲۲۲ پیشگیری اولیه از اعتیاد
- ۲۲۳ سیاست‌های پیشگیری از اعتیاد
- ۲۲۳ اصول پیشگیری از اعتیاد
- ۲۲۴ استراتژی پیشگیری از اعتیاد و مصرف مواد
- ۲۲۵ نقش کلاس درس، مدارس و معلمان در پیشگیری از اعتیاد و رفتارهای پر خطر
- ۲۲۶ ویژگی‌های معلم پیشگیری کننده از مصرف مواد
- ۲۲۷ مهارت‌های خود مراقبتی
- ۲۲۷ نکات قابل توجه در آموزش پیشگیری از مصرف مواد
- ۲۲۸ والدین چگونه می‌توانند به فرزندان خود کمک کنند؟
- ۲۲۸ نحوه برخورد با نوجوانان و جوانان در بحث مواد مخدر
- ۲۲۹ راه‌های پیشگیری از اعتیاد
- ۲۲۹ گزارش سازمان ملل
- ۲۳۰ شعر
- ۲۳۱ منابع و مآخذ
- ۲۴۰ از این نویسنده منتشر شده است:
- ۲۴۰ ارتباط با نویسنده

مقدمه

دربارهٔ سنین نوجوانی و جوانی نظرات و دیدگاه‌های گوناگون و متفاوتی وجود دارد اما معمولاً سنین بین ۱۲ تا ۲۵ سالگی را شامل می‌شود که ۱۲ تا ۱۸ سالگی را نوجوانی و ۱۸ تا ۲۵ سالگی را جوانی تشکیل می‌دهد. نوجوانی یکی از دشوارترین، تنش‌زاترین و در عین حال هیجان‌انگیزترین دورهٔ زندگی هم برای خود نوجوان و هم والدین و مربیان تعلیم و تربیت است.

نوجوان در این دورهٔ انت‌ها را مانند استقلال طلبی، خودمختاری، صمیمیت و امید به آینده را حس می‌کند که برای او هنوز تجربه نشده و گنگستان این دوره زندگی پر از خطر و آفات است و لزوم توجه به آن‌ها را بیش از پیش ضروری می‌سازد.

نوجوان ویژگی‌های دوره نوجوانی و اوج خطرانی که سلامت جسمانی و روانی او را تهدید می‌کند را باید شناخت، خطرانی مانند مواد مخدر که همیشه در همه جا در کمین است، از بیماری‌های مقاربتی تا اضطراب و افسردگی، بزه کاری و کارهای خطرناک‌تری مانند خودکشی که رها شدن از بند آن‌ها و عبور کردن سالم و به سلامت نوجوانان و جوانان وظیفهٔ والدین و مربیان و همهٔ دست‌اندرکاران تعلیم و تربیت است.

نوجوانان و جوانان باید از خود شناخت کامل و عمیق داشته و جنبه‌های ارزشمند مادی و معنوی خود را بشناسند به آن‌ها آگاهی داده شود، هدایت و راهنمایی شوند، تا از وجود سوءمراقبت نمایند. این دوره از نظر تربیت دورهٔ دشوار زندگی و یکی از بحرانی‌ترین مراحل آن است زیرا با بلوغ جنسی همراه است که زمینهٔ آن از بدو تولد وجود دارد و نوجوانی پایان آن است.

سن بلوغ نیز مانند سن نوجوانی و جوانی مختلف است زیرا عوامل متعدد و مختلفی مانند مسائل زیستی، اجتماعی و جغرافیایی در آن دخیل هستند، اما معمولاً بلوغ در دختران بین سن ۱۳ تا ۱۴ سالگی و پسران بین سن ۱۵ تا ۱۶ سالگی اتفاق می‌افتد که همراه با نشانه‌هایی در نوجوانان می‌باشد.

سرعت رشد جسمانی در این دوره افزایش می‌یابد، دستگاه‌های تولید مثل و غدد داخلی رشد کرده و ترشح می‌کنند و باعث رشد سریع استخوان‌ها و اعضای داخلی بدن می‌شوند و با افزایش قد و رشد دیگر

اندام‌ها تناسب اندام آن‌ها به هم می‌خورد و آن‌ها را غافلگیر می‌کند. در این دوره نیز بلوغ جنسی به اوج خود می‌رسد.

هم‌زمان با تحولات جسمی و اندام، تحولات عاطفی و احساسات نوجوان تغییر کرده و شکل جهشی به خود می‌گیرند و از نظر فکری دوره نوجوانی شروع دوره تفکر انتزاعی یا عملیات منطق صوری است که نوجوان عملیات ذهنی خود را گسترش داده و علاوه بر واقعیات و منطق عینی که در دوره کودکی داشت، بر اساس فرضیات استدلال می‌نماید و به آزمودن جنبه‌های عملی فرضیه‌ها می‌پردازد.

نوجوانی دوره انتقال از کودکی به بزرگسالی است، انتقال از مقلد و پیرو بودن به خود خواهی و خود پیرو بودن، این دوره را به تولد دوباره و یا جهش و بلوغ و استقلال رأی نوجوان تعبیر کرده‌اند.

مسائل مذهبی در این دوره ارزش پیدا می‌کنند و نوجوان می‌خواهد بر اساس تفکر و برهان و دلایل منطقی مسائل مذهبی را بررسی کند زیرا او در این دوره بینش مذهبی پیدا کرده است.

از لحاظ اجتماعی تحول در نوجوان و جوان بستگی دارد به این که در چه شرایطی رشد می‌کند زیرا محیط‌های اجتماعی در سبک زندگی و شخصیتی او تأثیر فراوانی دارند، محیط‌های آزاد و باز نوعی رفتار را شکل می‌دهند و محیط‌های بسته و استبدادی نوعی دیگر از رفتار را ایجاد می‌کنند!

از لحاظ اخلاقی، در دوره نوجوانی روح، عواطف، اخلاق و معنویت بیشتر نمایان می‌شود و او آمادگی زیادی برای پذیرش فضیلت‌های انسانی و اخلاقی ارزش‌های معنوی دارد و به دنبال کمال‌گرایی و بی‌نهایت طلبی است. این دوره به جهت اهمیتی که در زندگی و آینده فرد و کارکردهای او در اجتماع دارد و به جهت داشتن ویژگی‌های خاص و قابل تأمل، بیشتر مورد توجه عالمان تعلیم و تربیت و روان‌شناسان قرار بگیرد تا با شناخت بهتر نوجوانان و خواص آن‌ها زمینه هدایت و راهنمایی و تربیت آن‌ها فراهم شود تا در آینده برای خود و جامعه مفید بوده احساس مسئولیت نمایند.

به جهت اهمیت این دوره و شناخت ویژگی‌های نوجوانان و جوانان در کمک به والدین و مربیان و مسئولان و دست‌اندرکاران تعلیم و تربیت در شیوه مواجهه با این نسل در معرض خطر و آینده ساز بر آن شدیم تا هرچند اندک در این زمینه و مسیر گام برداریم تا راهنمای خود و دیگران باشد. امیدواریم مفید فایده گردد و راه را برای شناخت و تربیت نسل آینده و طلایی میهن عزیز و اسلامی‌مان ایران سرافراز هموار نماید.

«انشاء الله تعالی».

عباس سلحشور