

آنچه یک جوان باید بداند

ویژه دختران

ویرایش چهارم

رضا فرهادیان و بتول فرهادیان

بوستق
۱۳۹۵

موضوع:

تعلیم و تربیت: ۳۰ (اخلاق و علوم تربیتی: ۳۹)

گروه مخاطب:

- نوجوانان و جوانان (گروه سنی هـ «دبیرستان»)

شماره انتشار کتاب (جدول اول): ۲۲۶

مسلسل انتشار (چاپ اول و دوم چاپ): ۶۷۵۳

کتابهای مؤسسه فرهنگی - تربیتی توحید / ۲

فرهادیان، رضا، ۱۳۲۷ -

آنچه یک جوان باید بداند: ویژه دختران / رضا فرهادیان و باتول فرهادیان. - [ویراست ۴] - قم: مؤسسه بوستان کتاب (مرکز چاپ و نشر دفتر تبلیغات اسلامی حوزه علمیه قم)، ۱۳۷۰.

[۹۲] ض. - [مؤسسه بوستان کتاب؛ ۳۳۶. کتابهای مؤسسه فرهنگی تربیتی (توحید) (اخلاق و علوم تربیتی؛ ۳۹. تعلیم و تربیت؛ ۳۰)

ISBN 978-964-09-1390-1

فهرست نویسی براساس اطلاعات فیبا.

Reza Farhadian & Batool Farhadian. What a Young Person Should Know For Girls
ص.ع. به انگلیسی:

کتابنامه به صورت زیرنویس.

چاپ بیست و هفتم: ۱۳۹۵.

۱. جوانان و اسلام. ۲. زنان در اسلام. ۳. بلوغ. ۴. نوجوانان - روانشناسی. الف. فرهادیان، بتول.

ب. دفتر تبلیغات اسلامی حوزه علمیه قم. مؤسسه بوستان کتاب. ج. عنوان.

۲۹۷ / ۴۸۳۱

BP ۲۳۰ / ۱۷۲ / ۱۸ آ ف

۱۳۹۵

آنچه یک جوان باید بداند
ویژه دختران

- نویسنده: ضامن‌الدوله بتول فرزادیان
- ناشر: مؤسسه بوستان کتاب
- (مرکز چاپ و نشر دفتر تبلیغات اسلامی حوزه علمیه قم)
- چاپ و صحافی: چاپخانه بوستان کتاب
- نوبت چاپ: بیست و هفتم (۱۳۸۷) • شمارگان: ۲۰۰۰ • بها: ۶۰۰۰ تومان

تمامی حقوق © محفوظ است

printed in the Islamic Republic of Iran

- دفتر مرکزی: قم، خ شهدا (صفائیه)، ص پ ۳۷۱۸۵ / ۹۱۷، تلفن: ۳۷۷۱۸۵۷، شماره: ۳۷۷۴۲۱۵۴، تلفن پخش: ۳۷۷۴۲۲۶
- فروشگاه مرکزی: قم، چهارراه شهدا (عرضه ۱۲۰۰۰ عنوان کتاب یا هدیه ارزشمند)
- فروشگاه شماره ۴: تهران، خیابان انقلاب، بین وصال و فلسطین، جنب بانک انصار، تلفن: ۸۸۹۵۶۹۲۲
- فروشگاه شماره ۳: مشهد، چهارراه خسروی، مجتمع پاس، جنب دفتر تبلیغات اسلامی شعبه خراسان رضوی، تلفن: ۲۳۳۳۶۷۲
- فروشگاه شماره ۵: اصفهان، چهار راه کرمانی، جنب دفتر تبلیغات اسلامی شعبه اصفهان، تلفن: ۲۲۲۰۳۷۰
- فروشگاه شماره ۵ (رنگین کمان، فروشگاه کودک و نوجوان): قم، چهارراه شهدا، نبش خیابان شهید، تلفن: ۳۷۷۴۳۱۷۹
- فروشگاه شماره ۶: قم، خیابان شهدا (صفائیه)، انتهای کوچه ممتاز

اطلاع از تازه‌های نشر از طریق پیام کوتاه (SMS) با ارسال شماره همراه خود به ۰۲۱۵۵۰۰۰۱۰ و یا ارسال درخواست به:

پست الکترونیک مؤسسه: E-mail: info@bustaneketab.com

جدیدترین آثار مؤسسه و آشنایی بیشتر با آن در وب سایت: <http://www.bustaneketab.com>

یا قدرانی از همکارانی که در تولید این اثر نقش داشته‌اند:

- اعضای شورای بررسی آثار • دبیر شورای کتاب: مهدی محدثی • ویراستار: ابوالفضل طریقه‌دار • چکیده عربی: سهیله خاتمی • چکیده انگلیسی: عبدالمجید مطویان • فبیا: مصطفی محفوظی • صفحه‌آرا: احمد مؤتمنی • اصلاحات حقوق‌نگاری: احمد اخلی • کنترل نمونه‌خوانی: محمدجواد مصطفوی • نمونه‌خوانی: محمد دانشی، بهروز سراقی و سید ابوالفضل براتی • کنترل فنی صفحه‌آرایی: محمد عیسی غورقانیلو • کارشناس طراحی و گرافیک: مسعود نجابتی • طراح جلد: فریدالدین ملایی • اداره آماده‌سازی: حمید رضا تیموری • اداره چاپخانه: مجید مهدوی و سایر همکاران لیتوگرافی، چاپ و صحافی • مدیر تولید: عبدالهادی اشرفی.

فهرست مطالب

| | |
|----------------------------|----------------------------------|
| ۹ | مقدمه |
| فصل اول: جوان و دوران بلوغ | |
| ۱۳ | نخستین گام |
| ۱۵ | آینده نگری |
| ۱۷ | واقع بینی |
| ۱۸ | مهمترین دوران زندگی |
| ۱۹ | پدیده های جسمی بلوغ |
| ۲۲ | پدیده های روحی و روانی بلوغ |
| ۲۵ | ارزش خود |
| ۲۶ | رشد ذهنی و عقلی جوان |
| ۲۸ | ظهور هویت «من» در جوان |
| ۳۰ | ترس در جوان |
| ۳۲ | خشم در جوان |
| ۳۴ | محبت |
| ۳۵ | احکام دوران بلوغ |
| ۳۹ | اهمیت دوران بلوغ از دیدگاه اسلام |

- ۴۲ کشمکشهای درونی و عوامل مهیج بیرونی
- ۴۶ دیدگاه واقع بینانه
- ۴۹ اوقات فراغت
- ۵۲ نظم در جوانی
- ۵۵ معاشرت با دوستان
- ۵۷ رابط جوانان با والدین
- ۵۸ دختران بدش
- ۶۲ خوبترین جوانان

فصل درم: انحرافات جنسی و راه درمان آن

- ۶۷ زمینه ها
- ۷۰ دیدگاه صحیح
- ۷۱ عشق و جوانی
- ۷۴ علل پیدایش انحراف جنسی
- ۷۵ هشدار
- ۷۶ بازگشت
- ۷۷ احکام انحراف جنسی از نظر اسلام
- ۷۷ مراقبتهای لازم دختران جوان
- ۸۲ چند حکم فقهی
- ۸۴ سخنانی چند از پیامبر ﷺ و ائمه معصومین علیهم السلام درباره جوانی
- ۸۷ توبه جوان

مقدمه

جوان برای درک بیشتر خود و آشنایی با محیط پیرامون خویش، نیاز به راهنمایی و آگاهی دارد. راه‌ها را در حال رشد و نمو است و رشد جسمی اش بطور طبیعی، همراه با حالتها، هیجانات، روحی و عاطفی است. جسم جوان به شکل غیر ارادی به رشد خود ادامه می‌دهد و رشد روحی و روانی وی در ارتباط مستقیم و متقابل با جسم اوست.

هنگامی جریان رشد، حالت طبیعی به خود می‌گیرد که او از نظر فکری و اعتقادی در جهت صحیح و در مسیر طبیعی برنامه‌ریزی کامل نظام آفرینش قرار گیرد.

بنابراین، جوان برای رشد روانی و سازندگی خود، نیاز به هدایت و راهنمایی مربیان صالح و خیراندیش است. از طرفی او نیازمند به فکر کردن درباره خود و رفتار و اعمال و عکس‌العملهای خویش در محیط زندگی است.

او باید چگونه زیستن را بیاموزد، به خصوص زمانی که به شخصیت خود پی می‌برد و کم‌کم خودش را پیدا می‌کند که: من کیستم و در کجا هستم و چگونه باید باشم؟

او باید پاسخ این سؤالها را بیابد، تا بتواند در مسیر زندگی خود سنجیده گام بردارد و به آینده ای مطمئن و سعادت‌مند دست یابد.

یکی از روان‌پزشکان^۱ می‌گوید: «من در تحقیقات فراوانی که درباره علت ناراحتیهای اشخاص انجام داده‌ام، به این نتیجه رسیده‌ام که: این افراد در دوران کودکی و جوانی، چگونه زیستن را به خوبی فرا نگرفته‌اند و به اندازه کافی ذهنی نشده‌اند؛ بسیاری از آنان در حال حاضر خود پدر و مادر هستند و دارای فرزندان نرسیده، ولی آنها بدون این که خودشان بخواهند و یا بدانند، ناراحتیهای جسمی و روانی خود را به فرزندان منتقل می‌کنند.»

جوان به علت این که سن کم است و کمتر از بزرگسالان گرفتار ناملایمات زندگی شده، دارای ذهنی خرم و ساری از تجربه است. او کمتر از بزرگترها سرد و گرم روزگار را چشیده و با مشکلات و دشواریهای کمتری در زندگی روبه‌رو گردیده است.

ذهن پاک و ساده‌اش چندان فرصت انحراف و گودگی پیدا نکرده و از طرفی چون به دوران کودکی نزدیک است، بهتر از بزرگسالان می‌تواند خاطره‌ها و حوادث دوران کودکی خود را به یاد آورد و علت بسیاری از احساسات و رفتار خود را بفهمد و در نتیجه، هرگاه رفتار ناپسندی از خود مشاهده کرد به آسانی آن را علت یابی کرده و اصلاح نماید.

جوان هنوز قسمت بیشتر عمر خود را در پیش‌رو دارد. او با شناخت بهتر خود، می‌تواند از بروز واکنشهای نابهنجار در برابر پیشامدهای زندگی، در آینده جلوگیری نماید.

۱. دکتر آستاس چسرا پزشک و روان‌شناس معروف انگلیسی.