



تم تحميل الملف  
من موقع **بداية**



للمزيد اكتب  
في جوجل



بداية التعليمي

موقع بداية التعليمي كل ما يحتاجه الطالب والمعلم  
من ملفات تعليمية، حلول الكتب، توزيع المنهج،  
بوربوينت، اختبارات، ملخصات، اختبارات إلكترونية،  
أوراق عمل، والكثير...

حمل التطبيق



قررت وزارة التعليم تدريس  
هذا الكتاب وطبعه على نفقتها



المملكة العربية السعودية

# المهارات الحياتية



التعليم الثانوي - نظام المسارات

موقعي | beadaya.com السنة الثالثة

قام بالتأليف والمراجعة  
فريق من المتخصصين

بوزع مجاناً للإيحاء

## ٢ وزارة التعليم، ١٤٤٤هـ

فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية أثناء النشر

وزارة التعليم

المهارات الحياتية - التعليم الثانوي - نظام المسارات - السنة

الثالثة. / وزارة التعليم - الرياض، ١٤٤٤هـ

٩٧ ص ٢١ × ٢٥,٥ سم

ردمك ٤ - ٤١٣ - ٥١١ - ٦٠٣ - ٩٧٨

١ - التوجيه التربوي ٢ - التعليم الثانوي - السعودية أ. العنوان

١٤٤٤/٨٢٩٢

ديوي ٣٧١،٤٠٤٤

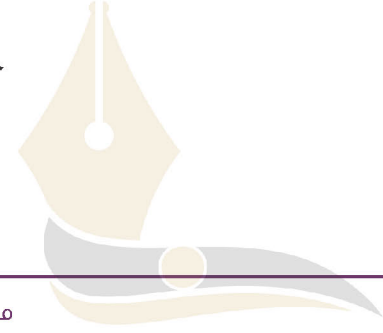
رقم الإيداع: ١٤٤٤/٨٢٩٢

ردمك: ٤ - ٤١٣ - ٥١١ - ٦٠٣ - ٩٧٨

حقوق الطبع والنشر محفوظة لوزارة التعليم

[www.moe.gov.sa](http://www.moe.gov.sa)

# بداية



مواد إثرائية وداعمة على "منصة عين الإثرائية" [beadaya.com](http://beadaya.com)



[ien.edu.sa](http://ien.edu.sa)

أعزاءنا المعلمين و المعلمات، والطلاب و الطالبات، وأولياء الأمور ، وكل مهتم بالتربية و التعليم؛  
يسعدنا تواصلكم؛ لتطوير الكتاب المدرسي، ومقترحاتكم محل اهتمامنا.



[fb.ien.edu.sa](https://fb.ien.edu.sa)

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ  
الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي  
بَدَأَ خَلْقَ الْإِنسَانِ مِنْ  
تَلْحَمِ



صاحب السمو الملكي  
الأمير محمد بن سلمان بن عبد العزيز آل سعود  
ولي العهد رئيس مجلس الوزراء



خادم الحرمين الشريفين  
الملك سلمان بن عبد العزيز آل سعود  
ملك المملكة العربية السعودية

## المقدمة

الحمد لله رب العالمين، والصلاة والسلام على أشرف الأنبياء والمرسلين نبينا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين وبعد:

يُعدُّ كتاب المهارات الحياتية عملاً تربوياً، ومنهجاً تعليمياً يضاف إلى ما يُقدَّم للطالب في مجال المعارف والمهارات الأساسية بشكل عام، وفي المهارات التفصيلية بشكل خاص، حيث يهدف إلى إكساب الطالب المعارف والمهارات والاتجاهات الإيجابية التي تساعده في تحقيق جودة حياته، وتيسر له الاندماج الاجتماعي السليم.

لقد جاء الكتاب مقسماً إلى ثلاث وحدات دراسية:

الوحدة الأولى: تتناول دروساً مرتبطة بالمهارات الشخصية والاجتماعية، وتشمل تحديد الأهداف، وإدارة الصراع في المواقف التي تتطلب المرونة النفسية، وبناء العلاقات، والعمل ضمن الفريق ومهارة التعامل مع الضغوط، وغيرها من المهارات التي تهيئ الطالب؛ ليكون فاعلاً ومنتجاً في حياته.

الوحدة الثانية: تشمل دروساً في كيفية تطوير أساليب تفكير الطلاب، وإكسابهم القدرات والمهارات التي تساعدهم على ممارسة أدوارهم بإيجابية وفعالية داخل محيطه الاجتماعي.

والوحدة الثالثة: تركز على تنمية مهارة الوعي المجتمعي الذي يُعدُّ من الوظائف الأساسية للتعليم، وعن طريقه يكتسب الطالب مقومات الانتماء للوطن؛ فيصبح مواطناً يحرص على النظام، ويشعر بمسؤوليته في تطبيقه، كما تزوده دروس الوحدة بالقيم والاتجاهات التي ترسخ في نفسه قيمة الانتماء، وتعمل على الارتقاء بذوقه العام، وتكسبه مهارات التعامل مع الآخرين واحترامهم، وتفهم وجهات نظرهم، وأهمية المشاركة الفاعلة في البيت والمدرسة والمجتمع.

لقد تناول الكتاب جملة من المهارات الأساسية التي من شأنها زيادة فاعلية الشخصية، وتنمية قدراتها، وعرضها بشكل ميسر؛ ليتحقق الهدف الذي نرجوه جميعاً.

آملين أن يكون مسانداً وداعماً لنجاح الطالب في التعامل مع متغيرات الحياة المختلفة، وبناء علاقات اجتماعية أساسها البناء والتواصل، والمشاركة في تعزيز رؤية المملكة العربية السعودية 2030. ودافعاً للارتقاء في درجات العلم والمعرفة، ومعيناً على تحقيق الطموحات.

## المهارات الحياتية

### تنمية الوعي المجتمعي

تطبيق النظام والمحافظة  
على الذوق العام

الوطنية والمواطنة

المسؤولية الاجتماعية

التكيف مع الأزمات  
الاجتماعية

الترفيه والسياحة

### مهارات التفكير

مهارات التفكير  
الأساسية

مهارة معالجة الأفكار

مهارة إدارة حل  
المشكلات واتخاذ  
القرارات

### المهارات الشخصية والاجتماعية

تحديد الأهداف  
الشخصية

إدارة الصراع

التعامل مع الضغوط  
الحياتية

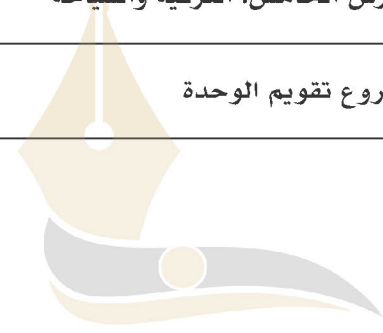
المرونة النفسية

التعاون

## المحتويات

رقم الصفحة	الموضوع
4	المقدمة
8	الوحدة الأولى: المهارات الشخصية والاجتماعية
9	الدُّرس الأوَّل: مهارة تحديد الأهداف الشخصية
15	الدُّرس الثَّاني: إدارة الصراع
20	الدُّرس الثَّالث: التَّعامل مع الضُّغوط الحياتية
25	الدُّرس الرَّابع: المرونة النَّفسية
32	الدُّرس الخامس: التعاون
38	مشروع تقويم الوحدة
40	الوحدة الثانية: مهارات التَّفكير
41	الدُّرس الأوَّل: مهارات التَّفكير الأساسية
47	الدُّرس الثَّاني: مهارة معالجة الأفكار
52	الدُّرس الثَّالث: مهارة إدارة حل المشكلات واتخاذ القرار
58	مشروع تقويم الوحدة

رقم الصفحة	الموضوع
60	الوحدة الثالثة: تنمية الوعي المجتمعي
61	الدرس الأول: تطبيق النظام والمحافظة على الذوق العام
69	الدرس الثاني: الوطنية والمواطنة
77	الدرس الثالث: المسؤولية الاجتماعية
83	الدرس الرابع: التكيف مع الأزمات الاجتماعية
88	الدرس الخامس: الترفيه والسياحة
96	مشروع تقويم الوحدة



### أهداف الوحدة:

1. تنمية مهارة تحديد الأهداف الشخصية.
2. التَّعَرُّفُ على المهارات اللازمة لإدارة الصراع.
3. اكتساب مهارة التعامل المناسب مع ضغوط الحياة.
4. اكتساب مهارات المرونة النفسية في التعامل مع مشكلات وصعوبات الحياة.
5. توضيح دور الجانب الاجتماعي في التفاعل والاندماج مع الآخرين.

### موضوعات الوحدة:

1. تحديد الأهداف الشخصية.
2. إدارة الصراع.
3. التعامل مع الضغوط الحياتية.
4. المرونة النفسية.
5. التعاون.



## الدَّرْسُ الأوَّلُ: مهارة تحديد الأهداف الشخصية

### أهداف الدَّرْس:



- أن أعرف مفهوم مهارة تحديد الأهداف.
- أن أحدد خطوات رحلة تحديد الأهداف.
- أن استنتج فوائد تحديد الأهداف.

### مفاهيم الدَّرْس

- تحديد الأهداف (Goal Setting)

إن الكون الذي بُني وفق نظام دقيق، والإنسان الذي خُلِق في أحسن تقويم، لابد أن يكون وراء خلقهما هدف عظيم وغاية عظيمة، قال تعالى: ﴿هُوَ أَنشَأَكُم مِّنَ الْأَرْضِ وَاسْتَعْمَرَكُمْ فِيهَا﴾<sup>(1)</sup>، لذا فإن إضاعة الإنسان وقته وهدره لطاقته، وبقائه في دائرة الفراغ يبذل عزمته، ويضعف قدرته على تطوير نفسه ومجتمعه. ولو تأملنا سير الناجحين في الحياة لاكتشفنا سر تميزهم، يقول الحسن البصري -رحمه الله- عن عمر بن عبد العزيز -رحمه الله-: (ما ظننت عمر خطأ خطوة إلا وله فيها غاية)، فليكن لكل منّا رسالة سامية في هذه الحياة؛ لننشر من خلالها السلام والخير والفضيلة.

### مفهوم مهارة تحديد الأهداف الشخصية:

هي التفكير بشكل مركز؛ لتحديد الغاية من أداء الأعمال والمهام التي نرغب القيام بها؛ للوصول إلى النتيجة والغاية التي نسعى لتحقيقها.

#### فائدة

"حتى تكتشف ذاتك، ابدأ بالتفكير في نفسك"

سقراط

(1) سورة هود آية رقم (61).

## نشاط 1

قرر مالك مؤسسة تجارية في مدينة الرياض إنشاء مركز تجاري ضخم، في مدينة الدمام وفق خطة زمنية وميزانية مخصصة، وروعي فيها مرونة تطبيق المشروع في مدينة أخرى مستقبلاً، ويطمح رجل الأعمال أن يحقق المركز التجاري الآتي:

- استثمار أمواله وزيادة رأس مال شركته.
- تقديم خدمات متنوعة لمرتادي المركز (ترفيهية، تسويقية، تثقيفية).
- إنجاز نموذج معماري مميز في هذه المدينة.
- زيادة فرص العمل وتوطين الوظائف في مؤسسته.

ساعد رجل الأعمال في تحقيق استثمار مميز، واقترح مدينة أخرى من مدن المملكة يمكن تطبيق المشروع فيها مستقبلاً، ثم اكتب ما تطمح أن يحققه هذا المشروع الاستثماري.

من المدن الأخرى التي يمكن مستقبلاً تطبيق المشروع فيها والتي يمكنني اقتراحها مدينة الدمام، ومدينة جدة، لكونها مراكز تجارية واقتصادية وسياحية رئيسية في المملكة. أطمح أن يتمكن هذا المشروع الاستثماري من تحقيق مطالب الناس في بناء مركز تجاري قادر على تقديم معظم الخدمات التي يحتاجها الناس تحت سقف واحد بما فيها المجالات الترفيهية والثقافية، كما أطمح أن يعزز من الهوية المعمارية للمدن التي ستقام فيها من خلال بناء مركز بنموذج معماري فريد ومميز. إلى جانب هذا أطمح أن يساهم في زيادة فرص العمل وتحسين الاقتصاد المحلي للسكان في المناطق التي ستقام فيها وغير ذلك.

## إثراء



بدعم ورعاية خادم الحرمين الشريفين حفظه الله، أُطلقت رؤية المملكة 2030، وهي رؤية سمو ولي العهد رئيس مجلس الوزراء لمستقبل هذا الوطن العظيم، التي تسعى لاستثمار مكامن قوتنا التي حباها الله بها، فالموقع الاستراتيجي المتميز، قوة استثمارية رائدة، وعمق عربي وإسلامي؛ ولذلك تولي القيادة كل الاهتمام، وتسخر كل الإمكانيات لتحقيق أهدافنا الطموحة. للتعرف على المزيد اطلع على رابط موقع رؤية المملكة 2030

## رحلة تحديد الأهداف:

تتطلب رحلة تحديد الأهداف القيام بمجموعة من العمليات المترابطة.



### يوضح المثالان الآتيان عمليات تحديد الأهداف:

التحقق والمتابعة والتقييم	تحديد الإجراءات والوسائل؛ لتحقيق الهدف	إعادة ترتيب الأهداف	تجزئة الهدف العام إلى أهداف مرحلية	تحديد الأهداف
<ul style="list-style-type: none"> <li>• يتم متابعة الإجراءات ومدى فعاليتها ووضع خطط بديلة في حال تعذر أي وسيلة، أو الإخفاق في أي هدف خاص.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• العمل على إنشاء معاهد تقنية.</li> <li>• طباعة مطويات توجيهية.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• يعاد ترتيب الأهداف الخاصة حسب أولوياتها والزمن المتاح والإمكانات المتاحة.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• إعداد وتهيئة برامج لإعداد مدربين.</li> <li>• تحديد الأوقات الملائمة.</li> </ul>	<p><b>المثال الأول:</b></p> <p>تطوير القدرات المهنية للالتحاق ببرنامج الملك سلمان للابتعاث.</p>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• تحديد فكرة المشروع.</li> <li>• دراسة جدوى للمشروع.</li> <li>• وضع خطة عمل للمشروع.</li> <li>• تحديد مصادر التمويل.</li> <li>• الوعي بالإجراءات القانونية.</li> <li>• بناء فريق العمل.</li> <li>• وضع استراتيجية التسويق.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• تحديد الأولويات</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• التهيئة والاستعداد.</li> <li>• إعداد خطة تنفيذية تفصيلية للمشروع.</li> <li>• تحديد مؤشرات الربح والخسارة.</li> <li>• تحسين ومعالجة نتائج مؤشرات الربح والخسارة.</li> </ul>	<p><b>المثال الثاني:</b></p> <p>إنشاء مشروع رياضي صغير</p>

## فوائد تحديد الأهداف:

1. زيادة التركيز.
2. تحسين الأداء وتطويره.
3. التغلب على الضغوط والتسويق.
4. الشعور بالرضا والسعادة.

## نشاط 2

قال تعالى: ﴿هُوَ الَّذِي جَعَلَ لَكُمُ الْأَرْضَ ذُلُولًا فَامشُوا فِي مَنَاكِبِهَا وَكُلُوا مِن رِّزْقِهِ وَإِلَيْهِ النُّشُورُ﴾ (1)

في ضوء الآية الكريمة، وضّح أهداف المسلم في حياته وفق المنظم الآتي:

يهدف المسلم في حياته إلى:

شكر الله تعالى على نعمه الكثيرة، وذلك بالاستفادة من هذه النعم في كل ما هو حق

عمارة الأرض واستثمار مواردها بطريقة مستدامة ومتوازنة

التذكر الدائم بأن هذه الحياة الدنيا ما هي إلا مزرعة للآخرة، وهذا توجه بوصلة المسلم في الحياة بشكل مستمر.

السعي للرزق الحلال واستغلال الموارد المتاحة بطريقة مشروعة ترضي الله

ما تحتاج إليه لاكتساب مهارة تحديد الأهداف:

قدرة على صنع القرار واتخاذ.

قدرة على توقع النتائج وتقييمها.

قدرة على تنمية الذات والتخطيط لإدارة الوقت.

قدرة على التركيز المباشر والتحديد الواضح للأهداف.

(1) سورة الملك آية رقم (15).

## فكر

كيف تحسن مستوى تحقيقك لأهدافك الشخصية؟

## تنبيه

هناك من يسعى لتحقيق أهداف أكبر من قدراته وإمكاناته وظروفه؛ لذا يفضل ويصاب بالإحباط، لهذا من المهم أن تكون الأهداف واقعية ويمكن تحقيقها وفقاً لقدراتك ومهاراتك.

## الإجابة في الصفحة التالية

## نشاط 3

ينخرط الطلاب في المدارس؛ ليكتسبوا المهارات والمعلومات خلال رحلة تعلمهم وانتقالهم من مرحلة لأخرى، ولكل منهم هدف من الحصول على الشهادة، من خلال  
اطلاعتك على موقع وزارة التعليم:  
• ارصد أهداف الثانوية العامة - نظام المسارات- للطلاب.



• صنّف الأهداف التي رصدتها من الجوانب: المادية، والمهنية، والدينية، والاجتماعية.

• حدد الهدف المناسب لقدراتك وإمكاناتك.

## أهداف الثانوية العامة - نظام المسارات - للطلاب:

- 1- تعزيز المشاركة الفعالة للطلاب في عملية التعليم .
- 2- إعدادهم للحياة وتزويدهم بالمهارات والمعارف اللازمة للنجاح فيها .
- 3- تمكينهم من المشاركة الفعالة في سوق العمل وتوسيع فرصهم .
- 4- تعزيز القيم الدينية لديهم .
- 5- تقوية الهوية الوطنية لديهم .
- 6- تمكينهم من التفاعل مع المستجدات العالمية .

## تصنيف الأهداف:

### الجوانب المادية والمهنية:

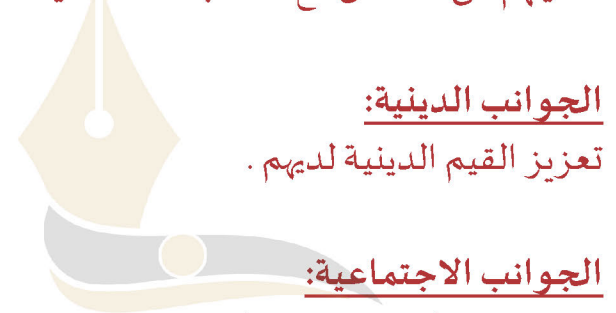
- إعدادهم للحياة وتزويدهم بالمهارات والمعارف اللازمة للنجاح فيها .
- تمكينهم من المشاركة الفعالة في سوق العمل وتوسيع فرصهم .
- تمكينهم من التفاعل مع المستجدات العالمية .

### الجوانب الدينية:

- تعزيز القيم الدينية لديهم .

### الجوانب الاجتماعية:

- تعزيز المشاركة الفعالة للطلاب في عملية التعليم .
- تقوية الهوية الوطنية لديهم .
- تمكينهم من المشاركة الفعالة في سوق العمل وتوسيع فرصهم .



1. اختر الإجابة الصحيحة من الإجابات المتعددة الآتية:

تتطلب عملية تجزئة الهدف العام إلى أهداف مرحلية:

أ. تحديد الأوقات الملائمة. ( )

ب. إعادة ترتيب الأهداف حسب الأولوية. ( )

ج. قراءة مطويات توجيهية. ( )

د. تحديد الأهداف التفصيلية. ( )

2. أحمد شاب جامعي طموح ولديه خطة عمل؛ لإنشاء مشروع يختص بتطوير الهواتف الذكية وتطبيقاتها

التقنية.. ساعد أحمد في تحديد الأهداف؛ بشكل يساعد على تحقيقها وفق المنظم الآتي:





## الدَّرْسُ الثَّانِي: إدارة الصِّراع

### أهداف الدَّرْس:

- أن أعرف مفهوم الصِّراع.
- أن أحدد أسباب الصِّراع.
- أن أستعرض مظاهر الصِّراع.
- أن أقارن بين أنواع الصِّراع الذاتي.
- أن أكتشف المهارات الأساسية لإدارة الصِّراع.

### مفاهيم الدَّرْس

- الصِّراع (Conflict)

الصِّراع من الظواهر الاجتماعية التي تحدث نتيجة مجموعة من الضغوط النفسية، والعوامل الاجتماعية والسياسية والاقتصادية والثقافية المختلفة، والصِّراع بشكل عام يحدث نتيجة وجود تعارض في المصالح أو الآراء؛ مما يدفع كل طرف من الأطراف المتصارعة للدفاع عن رأيه والعمل على الانتصار له.

### مفهوم الصِّراع:

يعرف الصِّراع إجرائياً بأنه عمل مقصود من طرف ما؛ يؤثر سلباً على قدرة الطرف الآخر، ويعيق تحقيق أهدافه وخدمة مصالحه. ويُعدُّ الصِّراع من الأمور التي نواجهها في حياتنا مثل: الصِّراع الذي يحدث داخل الأسرة بين الإخوة والأخوات، أو بين الأصدقاء في المدرسة، أو بين زملاء في العمل.

### أسباب الصِّراع:

#### من أهم مسببات الصِّراع الآتي:

1. سوء الفهم نتيجة ضعف التواصل مع الآخر.
2. التعصب للرأي.
3. اختلاف الأهداف والحاجات.
4. ضغط العمل.
5. تعارض المصالح.
6. سوء التنظيم.
7. التمييز في الأسرة أو بيئة العمل.

## إثراء

تقوم النظرة الحديثة للصراع على الافتراضات التالية:

- الصراع حالة يمكن تجنبها.
- انعكاس طبيعي للتجديد.
- إدارة الصراع ممكنة.
- الحد الأدنى من الصراع أمر ضروري.

## مظاهر الصّراع:

يأخذ الصّراع عدة مظاهر أبرزها ما يأتي:

1. حدّة في الصوت.
2. انفعال عند النقاش والحوار.
3. التلّفظ بألفاظ نابية (غير مناسبة).
4. التحول من مناقشة الأفكار إلى التّعرض للسمات الشخصية.
5. تكوين اتّجاه سلبي نحو الطرف الآخر.

## أنواع الصّراع الذاتي:

### أولاً: صراع الأهداف:

قسم العلماء صراع الأهداف كالتّالي:

1. صراع بين الأهداف الإيجابية (صراع إقدام - إقدام)، ويكون بين هدفين مرغوب فيهما بالدرجة نفسها، ولا يمكن تحقيقهما معاً.
2. صراع بين هدفين متعارضين: أحدهما إيجابي والآخر سلبي (صراع إقدام - إحجام)، فالإيجابي يكون بأخذ مصلحة لنا ويتعين علينا تحقيقه، والآخر سلبي يتعين علينا تجنبه وعدم القيام به.
3. صراع بين الأهداف السلبية (صراع إحجام - إحجام)، ويكون بين هدفين سلبيين وغير مرغوب فيهما، ويلزم اختيار أحدهما على الرغم من عدم الرغبة في أي منهما.

موقع بداية التعليمي | beadaya.com

### ثانياً: صراع الدّور:

يظهر هذا النوع نتيجة؛ لتعدد الأدوار، وما يترتب عليها من مهام ومسؤوليات في الحياة اليومية، فالفرد في الأسرة يمارس دور الأب، وفي العمل يمارس دور الموظف، وفي الطريق يمارس دور قائد المركبة... إلخ، وقد ينتج عن هذه الأدوار المتعددة شيء من التناقض والاختلاف في السلوك نتيجة تداخل الأدوار؛ مما يحدث صراعاً بين الأدوار.

## مهارات إدارة الصّراع:

للتعامل مع الصّراع الذي نواجهه في حياتنا مهارات أساسية ينبغي التحلي بها، وهي:

- القدرة على تقبّل الاختلاف.
- استخدام الحوار لتقريب وجهات النظر.
- التعامل مع المواقف بشيء من الحكمة.
- البحث عن حل وسط وقاعدة مشتركة عند وجود مشكلة.
- معاملة الآخر كما نحب أن نُعامل.

## وحتى تتحقق تلك المهارات في الفرد ينبغي أن يكون قادراً على:

- الاستماع الحسن.
- التحكم في الغضب.
- احترام الرأي الآخر.
- العمل ضمن فريق.
- التماس الأعذار وحسن الظن.
- الصبر.
- التواصل الجيد والتفاعل الإيجابي مع الآخرين.
- التفاوض والمناقشة.
- كظم الغيظ.

### نشاط 1

#### الإجابة في الصفحة التالية

##### الموقف الأول:

يكبر أيمن أخته الوحيدة هند بسنتين، ويزعجه أن والديه يمنحان أخته المزيد من الاهتمام والدلال، ولا يرفضان لها طلباً؛ وكثيراً ما ينتهي حوارهم مع أخته المدللة بالصراخ واستخدام الألفاظ الحادة.

##### الموقف الثاني:

يعمل أحمد في شركة خاصة، وغالباً ما يشعر أن مديره لا يعامله بعدالة عند توزيع الأعمال بينه وبين زملائه، ويخص المقربين منه بالامتيازات والمكافآت؛ مما زاده ضيقاً وانزعاجاً، وشعوراً مضاعفاً بضغط العمل؛ لأجل ذلك يرغب أحمد في مواجهة مديره ومصارحته بما يشعر به.

#### أحلل مع مجموعتي الموقفين السابقين من الجوانب الآتية:

- مشاعر الصِّراع الموجود.

.....

- نتيجة تلك المشاعر.

.....

- معالجة الصِّراع.

.....



## الموقف الأول:

### مشاعر الصراع الموجود:

انزعاج أيمن من أن والديه يمنحان أخته المزيد من الاهتمام والدلال، ولا يرفضان لها طلباً (الشعور بالغيرة والظلم والغضب) .  
نتيجة تلك المشاعر:

انتهاء الحوار بينه وبين أخته في معظم الأحوال بالصراخ واستخدام الألفاظ الحادة:

### معالجة الصراع:

يمكن وضع عدة حلول إما يتم الأخذ بها جميعاً أو توفيق الأفضل منهم لتطبيقه :

- 1- أن يحاول أيمن التحدث بلطف وهدوء مع والديه، وأن يعبر عن مشاعره واحتياجاته بصراحة وصدق، وأن يستمع إلى وجهة نظرهم وأسباب تصرفاتهم .
- 2- أن يحاول أيمن فهم أن أخته الصغرى تحتاج إلى المزيد من الاهتمام والدلال، وأن والديه يحبونه ويقدرونه، وأنهم يريدون خيره وسعادته .
- 3- أن يعالج الوالدين من سلوكهم قدر الإمكان ويمنحوا أيمن أيضاً ما يحتاج إليه من اهتمام وعواطف دون إهمال الأخت .
- 4- التحدث مع هند بشكر منفرد لتوضيح أهمية وجود الأخ الأكبر في حياتها وعدم الصدام معه ورفع صوتها معها أثناء النقاش.

## الموقف الثاني :

### مشاعر الصراع الموجود:

شعور أحمد بأن مديره لا يعامله بعدالة عند توزيع الأعمال بينه وبين زملائه، وشعوره بالضيق والانزعاج لتخصيص المدير المقربين منه بالامتيازات والمكافآت.

### نتيجة تلك المشاعر :

رغبة أحمد في مواجهة مديره ومصارحته بما يشعر به .

### معالجة الصراع:

أن يحاول أحمد التحدث بمهنية واحترام مع مديره، وأن يعبر عن مشاعره ومشاكله بوضوح وهدوء، وأن يستمع إلى رأيه وتوجيهاته والتي ربما قد تصحح خطأ في فهمه أو ظنونه .

أن يقوم المدير بتصحيح سلوكه تجاه أحمد إن كان ما يعتقد أنه خطأ صحيحاً وأن يعامل بعدل كما يعامل باقي زملائه في العمل دون إحداث أي تفریق بينهم.

## نشاط 2

بعد أن تعرّفت على مهارات الصّراع تأمل أسلوب الخطاب في العبارات الآتية، موضحاً أثره.  
1. في فناء المدرسة:  
[كان أسلوبك معي متعاليًا... لا أريد أن أسمع منك، أو أراك بعد الآن].

يُظهر الأسلوب هنا انعدام الاستعداد للتواصل والتفاوض. هذا الأسلوب يشير إلى موقف دفاعي ورفض قد يزيد من حدة الصراع بدلاً من حله، ويمكن أن يؤدي إلى قطع العلاقات وبعكس عدم الرغبة في الحوار أو التفاهم

2. في الشركة:  
[إن لم تغير أسلوبك في التعامل مع الزبائن؛ فسأخضم من راتبك كخطوة أولى من العقاب].

يتسم الأسلوب بالتهديد والعقاب، ويمكن أن يؤدي هذا الأسلوب إلى تحفيز التغيير في السلوك، لكنه قد يؤدي إلى مشاعر سلبية وممانعة من قبل الموظف، وقد يكون له تأثير محبط يقلل من الدافعية والإنتاجية.

3. في السوق المركزي:  
[أنتم تظنون أننا مغفلون، أسعار منتجاتكم أصبحت غير طبيعية! هذه سرقة علنية، سأبلغ عنكم الإدارة المختصة].

أنه أسلوب اتهامي وعدائي، هذا الأسلوب يمكن أن يثير ردود فعل دفاعية ويؤدي إلى تصاعد النزاع بدلاً من فتح قنوات للحوار البناء.

1. حدّد نوع الصّراع الدّاتي في العبارات الآتية:

أ - محمد تخرج من الصف الثالث ثانوي مسار إدارة الأعمال، وقُدّم على جهات عدة؛ فحصل على قبول في كلية إدارة الأعمال في جامعة الملك سعود بمدينة الرياض، كما صدرت له الموافقة -في الوقت نفسه -على طلب الالتحاق ببرنامج خادم الحرمين الشريفين الملك سلمان بن عبد العزيز مسار البحث والتطوير.

.....**صراع أهداف**.....

ب - سارة طالبة بالصف الثالث ثانوي مسار عام، تأكد قبولها في برنامج تدريبي احترافي في إدارة الفعاليات الموسمية، وتزامن ذلك مع ترشيحها؛ لتكون عضوة في تنظيم فعالية على مستوى المملكة العربية السعودية، وهي تعلم بقرب اختبارات نهاية العام الدراسي.

.....**صراع أدوار**.....

2. اكتب موقفًا تعرضت له سابقًا في حياتك اليومية، وشعرت فيه بوجود صراع. ثم حله موضحًا ما يأتي:

أ- كيف شعرت بوجود الصراع في الموقف؟

ب- حدد مظاهر الصراع في موقفك. [beadaya.com](http://beadaya.com) | **وقع بداية التعليمي**

ج- ما المهارات الأساسية التي استعنت بها لحل الصراع؟



رابط الدرس الرقمي

www.ien.edu.sa

## الدَّرْسُ الثَّالِثُ: التَّعَامُلُ مَعَ الضُّغُوطِ الحَيَاتِيَّةِ

### أهداف الدَّرْسِ:

- أن أعرف مفهوم الضُّغُوطِ الحَيَاتِيَّةِ.
- أن أحدد مصادر الضُّغُوطِ الحَيَاتِيَّةِ.
- أن استعرض طرق التعامل مع الضُّغُوطِ الحَيَاتِيَّةِ.

### مفاهيم الدَّرْسِ

- الضُّغُوطِ الحَيَاتِيَّةِ (Life Pressures)

يتعرض الإنسان في هذه الحياة إلى ضغوط اجتماعية ونفسية قد تؤثر عليه، قال تعالى: ﴿لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي كَبَدٍ﴾ (1) ولكنه يستطيع بما أنعم الله عليه أن يتكيف ويتفاعل مع هذه الضغوط، بحيث يتمكن من التغلب عليها، قال تعالى: ﴿وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا﴾ (2). فالضغوط تشكل جزءاً طبيعياً من الحياة اليومية، كما أن الطريقة التي نتعامل بها مع المواقف الضاغطة تؤثر في حياتنا، وصحتنا الجسدية والنفسية وعلى اتجاهاتنا في الحياة؛ لذا تتأكد أهمية تنمية المهارات التي تساعدنا على التكيف مع المواقف الضاغطة وإدارة حياتنا بشكل أفضل.

### مفهوم الضُّغُوطِ الحَيَاتِيَّةِ:

هي مجموعة القوى الدَّاخلية والخارجية التي تؤدي استجابة انفعالية حادة ومستمرة.

### نشاط 1



"واجه ضغوط الحياة وجهًا لوجه، وتعامل معها من منطلق الاستطاعة".

وضح رأيك الشَّخصي في العبارة السابقة:

أتفق مع العبارة السابقة، لأنها تعبر عن موقف إيجابي وواقعي ومسؤول من الحياة. فالضغوط الحياتية هي جزء لا يتجزأ من واقعنا، ولا يمكننا تجنبها أو تجاهلها أو الهروب منها لأن ذلك لن يحل المشكلة بل سيؤدي لتفاقمها وزيادة صعوبتها. بل يجب علينا أن نواجهها بشجاعة وثقة وحكمة، وأن نتعامل معها بما يتوافق مع قدراتنا وإمكاناتنا، وأن نحاول حلها أو تخفيفها أو التأقلم معها.

(1) سورة البلد آية رقم (4).

(2) سورة الطلاق آية رقم (2).

## مصادر الضغوط الحياتية:

تعددت وجهات نظر علماء الاجتماع، وعلماء النفس حول مصادر شعور الفرد بالضغوط الحياتية، فالفرد عادة ما تتعرض حياته اليومية لأنواع عديدة من الضغوط الاقتصادية والنفسية والاجتماعية، فمنها:

### 1. مصادر داخلية:

هي المصادر الداخلية في المعتقدات والأفكار والانفعالات التي يستقبل بها الإنسان ما يمر به من أحداث وتشمل: الإصابة بالأمراض، الشعور بالوحدة، التغيرات الفسيولوجية.

### 2. مصادر خارجية:

هي الأحداث الخارجية في البيئة المحيطة بالفرد، والتي أدت إلى الشعور بالضغوط وتشمل: المشكلات المالية، المشكلات الأسرية، الازدحام، مشكلات العمل.

### 3. مصادر خارجية وداخلية:

حيث تتفاعل الأحداث الخارجية والداخلية معاً لإحداث نمو الشعور بالضغوط الحياتية.

## كيف نواجه الضغوط الحياتية؟

تستطيع أن تواجه الضغوط بأقل قدر ممكن الخسائر إذا التزمت بالآتي:

### أولاً: الإيمان بالقدر خيره وشره.

يترسخ الإيمان بالمعرفة والوعي، وأن تعرف أن الضغوط والأزمات والشدائد بل والكوارث هي قدر محتم، وأن من سنة الحياة التعرض لهذه الضغوط، وأن الله قد خلق الإنسان في كبد ومشقة، والإيمان بالله وبالقدر خيره وشره يخلق حالة من الرضا والأمان والاطمئنان والتقبل والإذعان.

### ثانياً: الصلاة.

تقوي الصلاة دافعية المسلم وإرادته، وتنقله إلى حالة من الأمان والاطمئنان والأمل، وتجعله يضع المشكلة في حجمها الطبيعي. فالؤمن يأخذ بالأسباب ويتوكل على الله.

### ثالثاً: إدارة المشاعر:

هي القدرة على إدراك الفرد لمشاعره، وكذلك فهم مشاعر الآخرين، وتقبل تلك المشاعر والسيطرة عليها بنجاح. والقدرة على إظهار المشاعر بشكل صحيح.

#### فائدة

القوى الخارجية مثل العمل والخلافات الأسرية. والقوى الداخلية مثل التغيرات في المزاج والصداق.

#### فائدة

من علامات فقدان إدارة المشاعر، أن الشخص يندم كثيراً لقوله أشياء لم يقصد قولها لأشخاص يحبهم.

## رابعاً: الاسترخاء:

يجب أن يدخل الإنسان نفسه وجسده في حالة استرخاء بعيداً عن التوتر والغضب؛ لأن التوتر والغضب يسهم في:

- تشتت في الفكر.
- اضطراب الذاكرة.
- الاضطراب الانفعالي.
- اضطراب النوم.
- اضطراب الطعام.
- سوء العلاقة بالنفس.
- اضطراب العلاقة بالآخر.
- اليأس والتشاؤم.
- فقدان الإرادة.
- ضعف الدافعية للفعال.
- التفكير السلبي.

## خامساً: ممارسة الرياضة:

أثبتت العديد من الدراسات أهمية ممارسة الرياضة بشكل منتظم؛ لأنها توجه طاقة الإنسان إلى ما يعود عليه بالنفع؛ فهي تعمل على زيادة إمداد المخ بالأوكسجين بما يساعده على القيام بجميع الأنشطة، من تفكير وتصور وتخيل، وانتباه وحفظ وفهم. كما أن لها دوراً هاماً في زيادة كفاءة عمل القلب، الذي يقوم بدوره في زيادة كمية الدم التي يضخها إلى أجهزة الجسم؛ لتقوم بوظائفها كافة، مما ينعكس إيجاباً على نفسية الإنسان.

موقع بداية التعليمي | beadaya.com

## سادساً: حاول أن تتعامل مع أفكارك السلبية:

وذلك من خلال الآتي:

- احرص على تكرار العبارات الإيجابية.
- تعامل مع مواقف الحياة وفقاً لأولويات محددة.
- التزم الاعتدال في جميع أمورك.
- حدد أهدافك التي تتفق مع إمكانياتك.

## سابعاً: العلاج النفسي:

هو استخدام الأساليب النفسية من قبل المعالج

النفسية، ويتفاعل منظم بهدف تقديم المساعدة؛ للتغلب على المشكلات النفسية بطريقة علمية تخفف من السلوكيات والمعتقدات والأفكار المزعجة وتحسن العلاقات والمهارات الاجتماعية، عن طريق وضع خطة علاج معرفية سلوكية، ودوائية.



يهدف تطبيق (قريبون) إلى تقديم الاستشارات النفسية التي يشرف عليها كادر عمل متخصص. كما يشمل التطبيق على مكتبة متكاملة تحتوي معلومات لا حصر لها عن الصحة النفسية بأحدث الوسائل والطرق، كالمواد النصية، والأنفوجرافيك، والمحتوى المرئي (الفيديو).

## نشاط 2

ما التصرف السليم تجاه موقف حصل من أحد زملائك في المدرسة، وسبب لك ضغطاً نفسياً؟

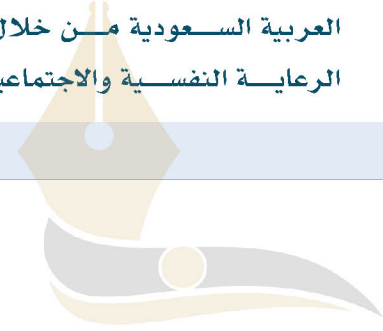
سأخذ وقتاً في البداية واهداً لأتمكن من تقييم الموقف بكل موضوعية، وأكون قادراً على معرفة السبب الذي دفعه لهذا التصرف، فإن وجدت إنه لم يكن مقصوداً سأتصالح معه وأعفو عنه، أما إن وجدته تصرفاً مقصوداً فسأحاول أن أتواصل معه بود وسلام وأعبر له عن مشاعري دون توجيه أي اتهام أو لوم له، وأحاول إيجاد حل مناسب وعاد للموقف الذي حصل بيننا، فإذا لم أتمكن من ذلك سألجأ إلى أحد المعلمين أو المرشدين في المدرسة.

## نشاط 3

بالتعاون مع أعضاء مجموعتك بالصف:

استعرض فيديو تعريفى بخدمات مركز من مراكز الاستشارات النفسية والأسرية بالملكة العربية السعودية من خلال إحدى قنوات التواصل الاجتماعي، وناقش أهم برامج وخدمات الرعاية النفسية والاجتماعية المقدمة لأفراد المجتمع.

بداية  
موقع بداية التعليمي | beadaya.com



1. اكتب أربع عبارات توضح مفهوم الضغوط الحياتية.

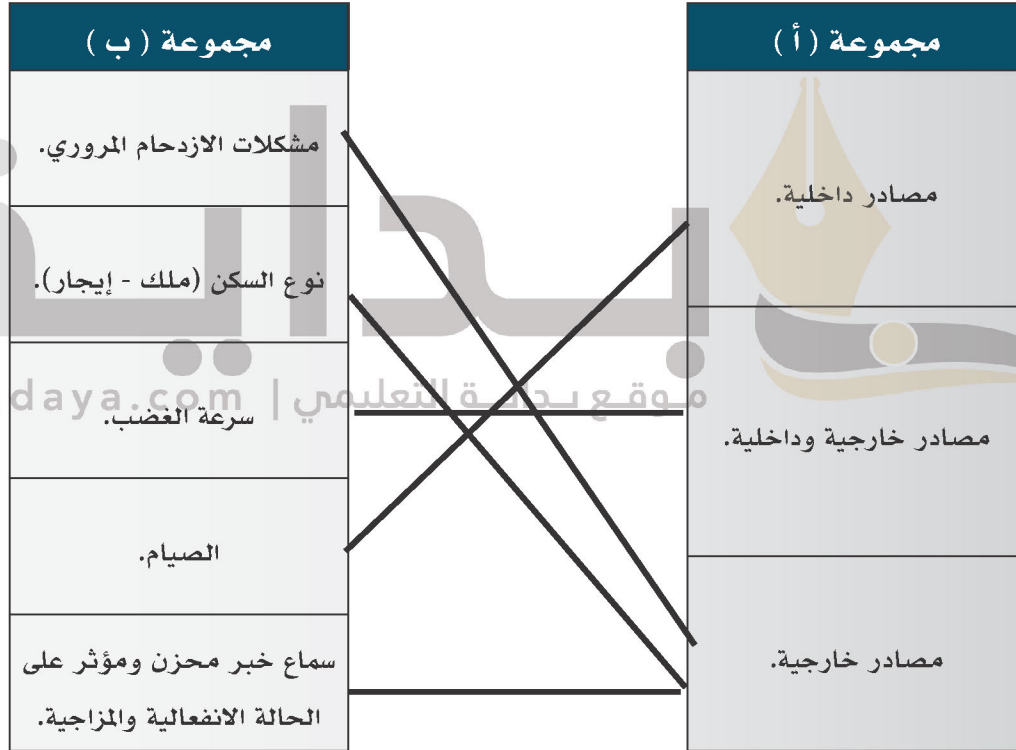
ضغوط تشكل جزءاً طبيعياً من الحياة اليومية .

الطريقة التي نتفاعل ونتعامل بها مع الضغوطات تؤثر على مختلف جوانب حياتنا .

هي مجموعة القوى الداخلية والخارجية التي تؤدي إلى استجابة إنفعالية حادة ومستمرة .

القوى الخارجية مثل العمل والخلافات الأسرية، والقوى الداخلية مثل التغيرات في المزاج والصداع.

2. اربط كل عبارة في المجموعة (أ) بما يناسبها من المجموعة (ب).





## الدَّرْسُ الرَّابِعُ: المرونة النَّفسِيَّة

### أهداف الدَّرْس:

- أن أعرف مفهوم المرونة النفسية.
- أن أحدد مراحل المرونة النفسية.
- أن أحلل صفات الأشخاص الذين يتمتعون بالمرونة النفسية.
- أن أكتشف أبعاد المرونة النفسية.
- أن أستعرض علاقة المرونة النفسية بالصحة النفسية.

### مفاهيم الدَّرْس

- المرونة النفسيَّة. (Psychological Flexibility)

المرونة النفسية تتضمن العديد من السلوكيات والأفكار، والاعتقادات والأفعال والإجراءات التي يمكن تطويرها عند الفرد، من خلال معالجة الأزمات والتعامل معها على أساس من القيم والمبادئ والقناعات بدلاً من الانفعال والعجلة في التصرف تحت تأثير المشاعر المتولدة خلال الأزمة وما تثيره من ردود الفعل، والتي تكون قصيرة المدى ومرتبطة بحدث معين، وغالباً ما تزول بزواله.

### مفهوم المرونة النفسية:

هي إدراك تام للعواطف والمشاعر والأحاسيس بما فيها المشاعر السلبية أو غير المرغوب بها، وهي تمثل القدرة على التكيف مع الشدائد أو الصدمات، أو التهديدات أو أي مصدر للتوتر بما في ذلك المشكلات الأسرية، أو المشكلات الصحية الخطيرة، أو ضغوطات العمل أو الضغوط المالية، وعلى هذا الأساس حدد عالمان من علماء النفس وهما: "كاشدان" و"روتربرج" المرونة النفسية كمقياس لطريقة تكيف الشخص مع المتطلبات الظرفية المتقلبة، ومن الأمثلة على الصعوبات التي قد تواجهنا في رحلة الحياة، ونحتاج إلى التمتع بقدر من المرونة النفسية؛ لتجاوزها:

1. المشكلات الاجتماعية، مثل الطلاق أو الانفصال.
2. فقدان الوظيفة.
3. الضغوط المالية.
4. المشكلات الصحية الخطيرة.
5. وفاة أحد المقربين.
6. الكوارث الطبيعية.
7. الحوادث الصادمة كالحوادث التي قد تؤدي إلى الإصابة بصدمة نفسية.

## نشاط 1

بالتعاون مع مجموعتك، دوّن صعوبات أخرى تواجهنا في رحلة الحياة:

- |                     |           |                             |
|---------------------|-----------|-----------------------------|
| 1- الهجرة من الوطن  | 2- الجروب | 3- التعرض للعنصرية والتمييز |
| 4- الإدمان ومشاكلها | 5- التنمر | 6- صعوبات التعلم            |

## مراحل المرونة النفسية:

يرى الخبراء في علم النفس أنّ السلوك المرن ديناميكي، ويمرّ بمراحل دفاع عديدة تهدف إلى الوقوف في وجه المسارات السلبية، وهذه المراحل هي:

1. يرفض الشخص المرن الاستسلام للشعور السلبي للكارثة التي يمرّ بها.
2. يتولد في نفسه شعور التحدي والرغبة في الخروج من هذه المشكلة.
3. يبني لنفسه صورة ذاتية قوية من أجل حمايتها من الشفقة التي قد يشعر بها من بعض الأشخاص المحيطين.
4. يميل الشخص المرن إلى تطوير نوع من السخرية والحس الفكاهي؛ للتخفيف من حدة المشكلة، ولكي لا يغرق في الحزن ولا ينظر إليه كضحية.

موقع بداية التعليمي | beadaya.com

## نشاط 2



اكتب حلولاً من واقعك الاجتماعي،  
توضح مدى تكيفك النفسي مع  
الازدحام المروري في المدن الكبيرة:

الازدحام المروري في المدن الكبيرة هو أحد المصادر الخارجية للضغوط الحياتية، وهي قد تؤثر سلباً على الكثير من جوانب حياتنا إن لم نتعلم كيفية التعامل والتكيف معها، ومما يمكن القيام به في هذا الخصوص: التخطيط والتنظيم المسبق للرحلات والمواعيد بحيث يتم تجنب أوقات الذروة والاختناقات المرورية. دراسة إمكانية استخدام وسائل النقل العامة في بعض الحالات كوسيلة بديلة وسريعة عن قيادة السيارات. الاستفادة من تطبيقات الخرائط الحديثة التي توضح لنا حالة المرور الأنوية وتقتراح الطرق البديلة الممكنة. محاولة استغلال الوقت الذي يتم فقده في الازدحام المروري بشيء مفيد ونافع مثل الاستماع للبودكاست والكتب الصوتية.

## صفات الأشخاص الذين يتمتعون بالمرونة النفسية:



1. الاستبصار، أي القدرة على التّواصل بين الذات والآخرين.
2. الإبداع والتّحدي، وتخيل تتالي الأحداث بشكل إيجابي؛ لصناعة القرارات.
3. روح الدّعابة وإدخال السرور للنفس.
4. القدرة على تكوين علاقات.
5. امتلاك الصحة النفسية الجيدة.
6. التمتع بنظرة إيجابية عالية.
7. القدرة على تحمل المسؤولية.
8. قبول النقد البناء.
9. التعلم من الأخطاء.
10. التسامي الأخلاقي.

### نشاط 3

1. نفذ الاختبار الآتي لقياس تقديرك لذاتك بوضع علامة دائرة على رقم الاختيار الأقرب لك.

الرقم	الضقرة	موافق جداً	موافق بدرجة بسيطة	بين الموافقة وعدمها	غير موافق بدرجة بسيطة	غير موافق بشدة
1	في المجلد أنا راض عن نفسي.	4	3	2	1	0
2	اعتقد أحياناً أنني جيد في كل شيء.	4	3	2	1	0
3	أشعر أن لدي عدد من الأمور الجيدة.	4	3	2	1	0
4	أنتي قادر على أن أقوم بأمور جيدة مثل الآخرين.	4	3	2	1	0
5	أشعر أنه ليس لدي أشياء أخجل منها.	4	3	2	1	0
6	أشعر بأنني عديم الفائدة في بعض الأحيان.	4	3	2	1	0
7	أتمنى أن يكون احترامي لنفسي أكثر.	4	3	2	1	0
8	أشعر بالفشل.	4	3	2	1	0
9	لدي اتجاه إيجابي نحو نفسي.	4	3	2	1	0
10	أشعر أنني شخص له قيمة مثل الآخرين.	4	3	2	1	0

## 2. التصحيح والتفسير :

• اجمع درجاتك وكلما كانت درجاتك عالية دل ذلك على تقديرك لذاتك.

( 40 - 30 )	( 30 - 20 )	( 20 - 10 )	( 10 - 0 )
تقدير ذات عال	تقدير ذات فوق المتوسط	تقدير ذات متوسط	تقدير ذات منخفض

## أبعاد المرونة النفسية:

إن المرونة النفسية تشمل بعدين أساسيين:

### البعد الأول: التعامل.

وتظهر هذه المهارة عند التعامل مع الصعوبات والمخاطر، وكل ما يشكل خطراً على الفرد في حياته اليومية.

### البعد الثاني: التكيف.

التكيف عملية دينامية مستمرة، يلجأ إليها الفرد لكي يغيّر من سلوكه؛ وليحدث علاقة أكثر توافقاً وتوازناً مع البيئة.

## المرونة النفسية وعلاقتها بالصحة النفسية.

تلعب المرونة النفسية دوراً هاماً في تحديد مدى قدرة الفرد على التكيف مع الصعوبات والمواقف الضاغطة التي تواجهه في

موقع بداية التعليم | beadaya.com

### فائدة

المرونة النفسية ليست قوة خارقة أو نادرة، بل موجودة في الواقع، ونلاحظ وجودها وتأثيرها على الأشخاص العاديين، كما أن أي شخص يمكنه اكتسابها وتنميتها؛ لذا يجب النظر إلى المرونة النفسية على أنها عملية نضج وليست صفة، فهي عملية فردية نسعي من خلالها لمعرفة ذواتنا وقدراتنا المتميزة.

حياته؛ ولتكون شخصاً قادراً على التكيف مع أزمات الحياة، ولديك

مرونة نفسية بدرجة مقبولة يمكنك القيام بما يأتي:

### عزز تواصلك مع الآخرين:

تعد العلاقات التي نكوّنها مع الأشخاص الإيجابيين عاملاً مساعداً في بناء المرونة النفسية؛ لأن التواصل معهم يجعلك تشعر بأنك لست وحيداً في مواجهة الأزمات؛ لذلك أحط نفسك بالأشخاص الجديرين بالثقة، الذين يقدرّون مشاعرك، ويعطونك النصيحة الصادقة.

### حافظ على صحة جسمك:

اهتم بجسمك؛ لأنه هو الذي يقوم بالوظائف التي تحتاجها؛ لتكون قادراً على ممارسة نشاطاتك وتعزيز جوانب الصحة المختلفة، والتي تشمل الاهتمام بالصحة العقلية؛ لما لها من تأثير على صحة الجسد، لذا فإن اتباع نمط حياة إيجابي يتضمن

التغذية السليمة، والنوم الكافي، وشرب المقدار المناسب من الماء والتمارين الرياضية المنتظمة يقوي جسمك ويجعله قادراً على التكيف مع التوتر، ويقلل من عبء المشاعر السلبية مثل القلق أو الاكتئاب.

### اختر أهدافاً متعددة النفع:

مساعدة من يحتاج إليك من الناس، كالمسنين أو المشردين أو الفقراء، أو الأصدقاء، تشعرك بالسعادة وتعزز من تقديرك لذاتك، كأنك حققت هدفاً، ويوثق تواصلك مع ذاتك الداخلية ومع الآخرين؛ فتشعر بالرضا وتضع أساساً للمرونة النفسية لديك.

### عزز الأفكار الإيجابية والصحية:

اجعل مسار تفكيرك إيجابياً؛ لأن ذلك سيؤثر على طريقة تعاملك مع الأحداث في حياتك، كما أن طريقة تفكيرك يمكن أن تلعب دوراً مهماً في تكوين الشعور الذي يتولد لديك تجاه موضوع ما، وكذلك في مدى مرونتك عند مواجهة العقبات، لذا كن أكثر توازناً وواقعية.

#### فائدة

أن الذين يتسمون بدرجة عالية من المرونة النفسية هم ذوا تحكم داخلي ينسبون إنجازاتهم وإخفاقاتهم وقرارتهم إلى جهودهم، وقرارتهم الشخصية وفي المقابل فإن ذوي التحكم الخارجي ينسبون ذلك إلى الحظ والصدفة وسلطة الآخرين.

### اطلب المساعدة المتخصصة:

اعلم أن الحصول على المساعدة عندما تحتاج إليها أمر بالغ الأهمية، فهي تساعدك في بناء قدرتك على الصمود والمرونة النفسية مستقبلاً. فالإنسان قد يتعثر خلال رحلة حياته، وتعرض طريقه العديد من الصعوبات والمشكلات، ويلجأ الفرد الواعي إلى الطريقة الصحيحة؛ لتجاوز تلك الأزمة وذلك بطلب المساعدة النفسية من متخصص أو معالج نفسي يساعد في اختيار استراتيجية مناسبة وتطويرها؛ لمعالجة المشكلة واستثمارها لتقوية جوانب الشخصية.



1. حدد في المواقف التالية، ثلاثة أفكار تمثل المرونة النفسية:

الموقف	الأفكار التي تمثل المرونة النفسية
ألتمس العذر لصديقي عندما يتأخر عن موعد الذهاب معي للنادي؛ بسبب ظروفه الخاصة، وأمارس هوايات أخرى أنتمي إليها.	1 محاولة فهم ظروف الآخرين وتقبلها
	2 القدرة على التكيف مع المواقف المتعثرة والحصول على بدائل
	3 الحفاظ على التوازن العاطفي عند مواجهة مشاكل في البرنامج
يوجد طرق عدة للوصول إلى المدرسة أثناء حدوث التقلبات المناخية.	1 الاستعداد الدائم للتعامل مع المشاكل المتوقعة
	2 إيجاد حلول بديلة ومناسبة للمشاكل المتوقعة
	3 الإصرار والمثابرة على الوصول للهدف
أبادر بإلقاء تحية الإسلام على جميع من في الصف دون تحيز لأحد منهم.	1 احترام الآخرين دون تحيز
	2 القدرة على كسب ود الأقران وبناء علاقات معهم
	3 المبادرة بالفعل الحسن دون انتظار الطرف الآخر
سيطرت على حزني لعدم قبولي في الجامعة، والتحققت ببرنامج تدريبي في أحد المراكز المعتمدة وبعد ذلك خططت لإنشاء مشروع صغير.	1 القدرة على التطوير الذاتي لاكتساب مهارات جديدة
	2 التغلب على مشاعر الإحباط واليأس وتحويلها لوقود للنجاح
	3 التخطيط للمستقبل وعدم التوقف عند العقبات

2. تأمل صفات أشخاص يتمتعون بالمرونة النفسية، وتعاون مع مجموعتك لتحليل أربع صفات في شخصية المرن نفسياً وفق المنظم الآتي:

(ب) سمات شخصية تتمتع بالمرونة النفسية في مدرستك

1. الابتكار والبحث عن حلول جديدة للمشكلات
2. النظر للتحديات كفرص للتعلم
3. قبول النقد البناء
4. بناء علاقات متينة مع الزملاء والمعلمين

(أ) سمات شخصية تتمتع بالمرونة النفسية في اسرتك

1. فهم وتقدير مشاعر الآخرين
2. التعلم من الأخطاء
3. إدخال السرور للقلوب وتخفيف التوتر
4. تحمل المسؤولية بشكل واضح

موقع بداية التعليمي | beadaya.com

(د) تحليل سمات شخصية تتمتع بالمرونة النفسية من العالم

1. القدرة على القيادة في أوقات الأزمات
2. الإلهام والتأثير
3. تطوير حلول مبتكرة للمشكلات العالمية
4. فهم واحترام الثقافات المختلفة

(ج) تحليل سمات شخصية تتمتع بالمرونة النفسية من مجتمعك المحلي

1. التواصل الفعال
2. المرونة في مواجهة التغيرات
3. الحفاظ على المعايير الأخلاقية حتى تحت الضغط
4. امتلاك الصحة النفسية الجيدة



رابط الدرس الرقمي

www.ien.edu.sa

## الدَّرْسُ الخَامِسُ: التَّعَاوُنُ

### أهداف الدَّرْس:

- أن أعرّف مفهوم التعاون.
- أن أعدد فوائد التعاون.
- أن أعرّف مفهوم العمل ضمن فريق.
- أن أستنتج عوامل نجاح فريق العمل.

### مفاهيم الدَّرْس

- التعاون. (Collaboration)
- العمل ضمن فريق. (Working in Teams)

إن التعاون خلق عظيم، حث عليه الإسلام، ودعانا في مواضع كثيرة بشكل مباشر وغير مباشر للتخلق به، قال تعالى: ﴿وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ﴾<sup>(1)</sup> وقال تعالى: ﴿قَالَ مَا مَكَّنِّي فِيهِ رَبِّي خَيْرٌ فَأَعِينُونِي بِقُوَّةٍ أَجْعَلْ بَيْنَكُمْ وَبَيْنَهُمْ رَدْمًا﴾<sup>(2)</sup> إن العمل ضمن فريق صورة من صور تفعيل مهارة التعاون، ولا شك أنها من أكثر المهارات أهمية في حياتنا اليوم، بل أصبحت من أبرز الممارسات الدالة على تميز الأعمال وجودتها على المستوى المؤسسي أو الاجتماعي. مما أكد أهمية المشاركة ضمن فريق؛ لتحقيق هدف محدد. وأن الفرد لا يستطيع وحده عمل كل شيء.

### تعريف التَّعَاوُن:

تفاعل إيجابي بين اثنين أو أكثر، بحيث يكون كل منهم مستعداً للمشاركة في سبيل إنجاز أمر ما متفق عليه، ويأتي غالباً في صورة مبسطة ومحدودة النطاق.

#### فائدة

نسبة كبيرة من الأنشطة لا نستطيع إنجازها إلا بتعاون الآخرين.

(1) سورة المائد آية رقم (2).

(2) سورة الكهف آية رقم (95).

## نشاط 1



قسم معلم العلوم بمساعدة محضر المختبر طلابه إلى مجموعات، وأسند لكل مجموعة مهمة تنفيذ تجربة عن الطاقة الشمسية، إلا أن أحد الطلاب طلب منه أن يعمل مستقلاً وينفذ المهمة بمفرده، فوافق المعلم وبدأ الجميع في إنجاز المهام الموكلة لهم؛ لتسليمها في الوقت المحدد.

من سيبدل مجهوداً أكبر؟

**الطالب الذي يعمل بمفرده**

من سيكون عمله متقناً أكثر؟

**من يعملون في مجموعات سيكون عملهم أكثر اتقاناً**

# بداية

## إثراء

### رؤية المملكة لقطاع الطاقة

تتبع المملكة نمط مستمر ومتصاعد يهدف في المنزلة الأولى إلى تحقيق المزيد من التطور في قطاع الطاقة بما يحقق أهداف المملكة، ويسمو إلى رؤيتها لقطاع الطاقة ومن هذه الأهداف: تنوع مزيج الطاقة الوطني المستخدم في إنتاج الكهرباء، تحقيق المزيج الأمثل للطاقة والأكثر كفاءة والأقل كلفة، زيادة حصة المملكة في إنتاج الطاقة المتجددة إلى الحد الأمثل، تحقيق التوازن في مزيج مصادر الطاقة المحلية، الوفاء بالتزامات المملكة تجاه تخفيض انبعاثات ثاني أكسيد الكربون. وللاستزادة حول مجال الطاقة في المملكة قم بزيارة موقع مدينة الملك عبد العزيز للطاقة على الرابط

موقع بداية التعليم | [beeday.com](http://beeday.com)

مدينة الملك عبدالعزيز  
للعلوم والتقنية KACST



## فوائد التعاون:

- يساعد على تبادل المعلومات.
- يسهم في توفير الوقت والجهد والمال.
- يرتقي بالإنسان بعيداً عن الأنانية وحب الذات.

## نشاط 2

كلفت المعلمة فاطمة طالباتها بتأدية عدد من المهام الفردية بحيث تقيس الطالبة مدى فهمها للمسألة المطلوب حلها، وأتاحت لمن ترغب الاستفسار أن تأتيها خلال وقت الفسحة، مع تأكدها أنها لا تسمح بأن تتبادل طالباتها المعلومات الخاصة بالحل؛ لما فيه مصلحتهن.

- ماذا تفعلين لو كنت إحدى طالبات المعلمة فاطمة؟ وماذا؟

سأقوم حل المهام الفردية الموكلة إلي بنفسي، وسأسأل المعلمة عن أي شيء لا أفهمه أو أجده صعباً خلال الوقت المخصص، وذلك التزاماً بتعليمات المعلمة ولتحقيق الغاية من هذا العمل الموكل لنا من قبلها.

- اشرحي الفكرة الإيجابية المعززة لمفهوم التعاون من خلال هذا الموقف؟

الفكرة المعززة للتعاون في هذا الموقف هو أن التعاون لا يعني ابدأ الاعتماد الكلي على الآخرين حتى في المهام الفردية والتي يجب إنجازها بشكل شخصي من قبل كل شخص لوجده، وإنما يعني الالتزام بالتعليمات ليتمكن الجميع من تحقيق الهدف والغاية المشتركة من المهام الفردية هذه

## فائدة

التعاون لا يعني بأي حال إلغاء شخصية الفرد بل يطورها ويجعلها أكثر انفتاحاً على المجتمع.

## نشاط 3

قرّر طلاب الفصل القيام بعمل حائط إلكتروني بعنوان "عوامل النجاح"، لترتب الخطوات الآتية بحسب أهميتها من أجل إنجاز تصميم الحائط الإلكتروني:

1. جمع المعلومات.
  2. الاجتماع مع رائد الفصل.
  3. القيام بالإخراج النهائي.
  4. توزيع الأدوار.
  5. التخطيط لكيفية إخراج واجهة الحائط الإلكتروني.
- 1- الاجتماع مع رائد الفصل
  - 2- جمع المعلومات
  - 3- التخطيط لكيفية إخراج واجهة الحائط الإلكتروني
  - 4- توزيع الأدوار
  - 5- القيام بالإخراج النهائي

## تعريف العمل ضمن الفريق:

مشاركة الفرد في مجموعة عمل، يتحمل فيها كل منهم مسؤوليته تجاه ما كلف به؛ للوصول إلى تحقيق هدف عام مشترك.

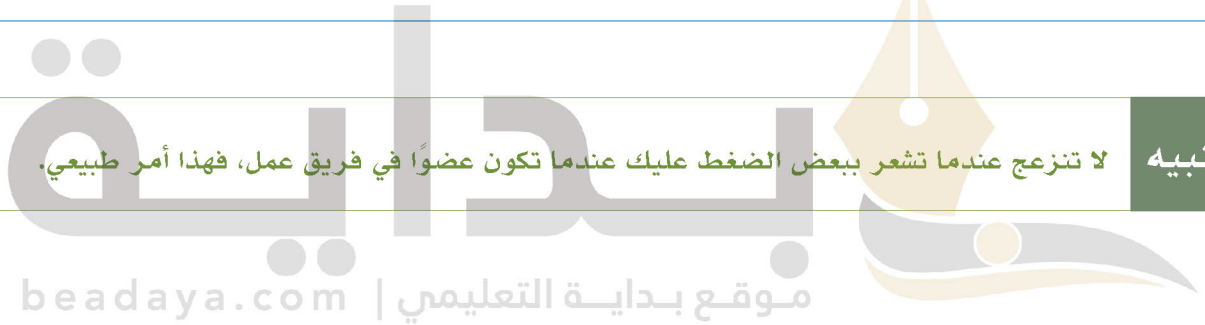


## عوامل نجاح فريق العمل:

- كي ينجح أي فريق عمل لابد من توفر مجموعة عوامل رئيسية، هي:
1. التجانس: أن يكون للأعضاء الأهداف والتوجهات والرؤى نفسها.
  2. تحديد الهدف: وضوح الهدف المراد تحقيقه لجميع الأعضاء.
  3. تحديد الأدوار: أن يعرف كل عضو دوره في المهمة المراد تحقيقها.
  4. الالتزام: أن يلتزم جميع الأعضاء بتحقيق الهدف.
  5. تحمل المسؤولية: أن يكون جميع الأعضاء على قدر كبير من تحمل المسؤولية.
  6. تقاسم القيادة: أن يكون كل عضو قائداً في مجاله.

### فائدة

من أبرز فوائد التعاون أنه يقود إلى التفكير الجماعي، فالقرار في فرق العمل هو قرار جماعي وليس قراراً فردياً، مما يساعد كثيراً على التزام أعضاء الفريق بتحقيق الهدف.



### تنبيه

لا تنزعج عندما تشعر ببعض الضغط عليك عندما تكون عضواً في فريق عمل، فهذا أمر طبيعي.

### نشاط 4

#### فائدة

مهارات العمل الجماعي، هي إحدى أهم المهارات التي تُطلب في مختلف الوظائف، والفرص المتاحة حولنا، نظراً لما لها من أهمية في تحقيق النجاح والوصول إلى الأهداف الكبرى.

إدارة المدرسة سوف تنظّم منافسة على مستوى المدارس في المنطقة حول تقديم برامج التوعية عن الإرهاب ومخاطره. ناقش مجموعتك في الفصل حول أبرز الخطوات التي ينبغي على إدارة المدرسة اتخاذها؛ لتشكيل فريق عمل على مستوى المدرسة؛ ليكون مسؤولاً عن إعداد البرنامج التوعوي، وما أبرز الصفات التي ينبغي توفرها في أعضاء الفريق؟

### الخطوات التي يجب اتباعها هي كالتالي :

- 1- تحديد الهدف الأساسي للفريق
  - 2- تحديد العمل الذي يجب القيام به وتقسيمه
  - 3- تحديد المهارات والقدرات اللازمة لإتمام هذه الأعمال
  - 4- البحث عن الأشخاص المناسبين ممن يملكون القدرات المطلوبة
  - 5- توزيع المهام وتحديد المواعيد النهائية لإتمامها
  - 6- تقييم الإنجازات على فترات مختلفة يتم تحديدها مسبقاً
- أهم المواصفات التي يجب توفرها في أعضاء الفريق :  
القدرة على التعاون والعمل في فريق  
الالتزام والمبادرة  
تقبل النقد لتصحيح الأخطاء  
التعلم والتطوير المستمر

1. ارسم خريطة مفاهيم توضح مفهوم التعاون:

من حيث:

- التعريف - الأهمية الفردية والاجتماعية - أنواع التعاون - مثال من واقع الحياة

**التعاون:** تفاعل إيجابي بين اثنين أو أكثر، بحيث يكون كل منهم مستعداً للمشاركة في سبيل إنجاز أمر ما متفق عليه، ويأتي غالباً في صورة مبسطة ومحدودة النطاق.

فائدة التعاون على المستوى الفردي: يعزز المهارات الشخصية مثل التواصل وحل المشكلات، ويساعد في تحقيق الأهداف بفعالية أكبر. أما على المستوى المجتمعي، يقوي التعاون الروابط الاجتماعية، يعزز التنمية المستدامة، ويساهم في حل التحديات المعقدة بشكل جماعي.

أنواع التعاون تشمل:

التعاون المباشر (العمل معاً بشكل مباشر على مهام مشتركة)،

التعاون غير المباشر (تبادل الموارد أو المعلومات دون عمل مشترك مستمر)،

والتعاون الرقمي (استخدام التكنولوجيا للتعاون عبر المسافات).

2. أحمد ومحمد يعملان في قطاع الطاقة الشمسية، ويرغبان في زيادة خبرتهما في هذا المجال، فقاما

بالتعاون مع مجموعة تهتم بالتراث. من خلال ما تعلمته حول عوامل نجاح فريق العمل، ما الخطأ الذي

وقع فيه أحمد ومحمد؟

لخطأ الذي وقع فيه أحمد ومحمد هو أنهما لم يختارا مجموعة تتشارك معهما نفس

الهدف والرؤية والاهتمام في مجال الطاقة الشمسية.

حسان: تصرف بشكل صحيح ومنطقي، فهو يدرك أهمية التعاون والعمل الجماعي في تحقيق الهدف المطلوب، ويستفيد من خيرات ومهارات زملائه في وضع خطه ناجحة ومتكاملة. بدر: تصرف بشكل خاطئ وغير منطقي، فهو يعتقد أنه يستطيع حل المشكلة بمفرده وبدون مساعدة أو مشاركة أحد، ويتجاهل تعليمات ورغبة زملائه

3. اقرأ ما يلي، ثم حلل الموقف في ضوء الأسئلة:

طلب المعلم من الطلاب في ملعب المدرسة وضع خطة بالتعاون مع زميلهم حسان؛ لتشكيل فريق كرة قدم ناجح يمثل المدرسة في المسابقات الرياضية للمنطقة، وتفاجأ أن الطالب بدر يريد أن يضع خطة بمفرده فوافق المعلم، وبدأ بدر في إنجاز عمله، وانطلق حسان لتأدية العمل بالتعاون مع زملائه.

أ. ما رأيك في تصرف كل من حسان وبدر؟ **الإجابة في الأعلى**

ب. ضع جدولاً من (إنشائك) تقارن فيه بين جوانب القوة والضعف في خطة بدر وفي خطة حسان وفريقه.

جوانب الضعف	جوانب القوة	الخطة
ستفتقر الخطة إلى التنوع والتكامل سيواجه صعوبة في حلال المشكلات والتغلب على التحديات التي ستواجهه سيستغرق وقتاً أطول في إعداد الخطة سيفقد فرصة التفاعل والتعلم مع من زملائه	قد تكون لديه بعض الأفكار الإبداعية والمبتكرة قد يتمكن من عمل خطة خاصة بنفسه كما يريد	بدر
	سيتم إنجازها بشكل أسرع سيتم إنجازها بصورة متكافة واحترافية أكثر ستكون خالية من العيوب والمشاكل سيكسب الأفراد في الفريق فرصة التعلم من بعضهم البعض	

# مشروع تقويم الوحدة

## عنوان المشروع:

- الحياة قيم

## أهداف المشروع:

- تتبع رحلة تحديد الأهداف وتضمينها في خطوات تحديد الأهداف الشخصية.
- تنمية روح العمل ضمن فريق.
- تحقيق التواصل الجيد والتفاعل مع الآخرين.
- توظيف الحوار لتقريب وجهات النظر.
- معالجة الصعوبات بالبحث عن حل وسطي جمعي؛ لحل الصعوبات التي تعرقل تحقيق الأهداف.
- إكساب مهارات المرونة النفسية في التعامل الإيجابي مع أعضاء المجموعة ومتطلبات إنجاز المشروع.

## فكرة المشروع:

تطبيق قيم المجتمع الحياتية مشتقة من قيم برنامج تنمية القدرات البشرية، من خلال قيام مجموعة من المتعلمين بتطبيق قيمة من القيم داخل المدرسة وخارجها مثل: (الانتماء للمدرسة، والعمل ضمن فريق التعاون، ومرونة الفكر، والوسطية والتسامح). للإطلاع على وثيقة برنامج تنمية القدرات البشرية امسح رمز الاستجابة أمامك



موقع بداية التعليمي | beadaya.com

## ضوابط المشروع:

### 1. المقدمة:

- الاطلاع على وثيقة برنامج تنمية القدرات البشرية أحد برامج- تحقيق رؤية المملكة العربية السعودية 2030م.
- تصميم تقني مصور لانفوجرافيك معد من قبل الطلاب، ويكون وفق قدراتهم وميولهم واهتمامهم ويتضمن مادة إعلانية عن أهداف المشروع.
- يتاح لكل مجموعة اختيار قيمة واحدة وفق رغباتهم كمحور أساسي في المشروع.
- استخدام المنصات الرقمية التعليمية لخدمة المشروع ونشر مشاريع الطلاب.

### 2. المهام:

- تحديد الأهداف التفصيلية للمشروع.
- تحديد أدوار أعضاء المجموعة.
- توظيف كل عضو لمهاراته وقدراته لإيضاح القيمة الحياتية المطروحة في المشروع.

### 3. الإجراءات:

- عرض المشروع في الإذاعة المدرسية.
- عرض المشروع في منصة رقمية تعليمية تحت إشراف المعلم.
- استخدام برامج تقنية في العرض.

### 4. المصادر:

حماية حقوق الملكية الفكرية بتوثيق المراجع والمصادر والتطبيقات الرقمية المستخدمة في البحث.

### 5. التقييم:

- استخدام استراتيجيات تعلم فاعلة تدعم الحوار، والتغذية الراجعة بين أفراد المجموعة.
- يقدم كل عضو من أعضاء المجموعة المهمة التي كلف بها في المشروع باستعراض أهم المهارات والمعارف التي أكتسبها.

### 6. الخاتمة والنتائج:

- يستعرض الطلاب العرض التقني الذي يشمل ما تم إنجازه من قبل أعضاء المجموعة، في الحصة الدراسية وتحت إشراف معلم المادة.
- تحديد الصعوبات التي واجهت المجموعة مع إيضاح سبل معالجتها.
- إعداد تقرير نهائي للمشروع لكل مجموعة من مجموعات الصف.

### أهداف الوحدة

1. الوعي بمهارات التّفكير.
2. التّعرف على المهارات الأساسية في التّفكير
3. تطبيق مهارة معالجة الأفكار.
4. اكتساب مهارة حل المشكلات.
5. التّعرف على أسلوب حل المشكلات.
6. تطبيق مهارة اتخاذ القرار.

### موضوعات الوحدة:

1. مهارات التفكير الأساسية.
2. مهارة معالجة الأفكار.
3. مهارة إدارة حل المشكلات واتخاذ القرارات.



## الدَّرس الأول: مهارات التَّفكير الأساسيَّة

### أهداف الدَّرس:

- أن أتعرف على مفهوم التَّفكير.
- أن أستنتج منافع التَّفكير.
- أن أحدد مستويات التَّفكير.
- أن أحدد مهارات التَّفكير الأساسيَّة.

### مفاهيم الدَّرس

- التَّفكير (Thinking)

تعتمد المجتمعات البشرية منذ الأزل على تقاليد موروثة وعادات مكتسبة، وأخلاق جُبلت عليها لحلِّ مشكلاتها واتخاذ قراراتها. نظرا لتغير العالم المتسارع في وقتنا الحاضر، وما نراه اليوم من تفاوت بين الدول في التقدُّم والحضارة العلمية، وتبني أساليب حديثة للتفكير؛ ظهرت الحاجة إلى تطوير التفكير لدى أفراد المجتمع وإكسابهم قدرات ومهارات تسهم في جعل الفرد يمارس دوره بإيجابية وفعالية داخل مجتمعه وفي منظومة مؤسساته الاجتماعية.

### مفهوم التَّفكير:

التَّفكير نشاط عقلي معرفي يعمل على إعطاء المثبرات البيئية معنى ودلالة، من خلال البنية المعرفية؛ لتساعد الفرد على التكيف والتلاؤم مع ظروف البيئة.

قال تعالى ﴿ وَهُوَ الَّذِي مَدَّ الْأَرْضَ وَجَعَلَ فِيهَا رَوَاسِيَ وَأَنْهَارًا وَمِنْ كُلِّ الثَّمَرَاتِ جَعَلَ فِيهَا زَوْجَيْنِ اثْنَيْنِ يُغْشَى اللَّيْلَ النَّهَارَ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴾ (1)

(1) سورة الرعد آية رقم (3).

## تطوير التفكير:

### يحقق تطوير التفكير المنافع الآتية:

#### 1. منفعة ذاتية:

تطوير التفكير يساعد الفرد على:

- بلوغ الأهداف.
- خوض المنافسة.
- فتح الآفاق وتوسع المدارك نحو مناشط الحياة المختلفة.

#### 2. منفعة اجتماعية عامة:

تطوير التفكير يساهم في تكوين المواطن الصالح القادر على التفكير بعمق وحكمة للعمل على:

- اتخاذ قرارات تحقق الصالح العام لأسرته ومجتمعه.
- المقاربة وتوثيق الصلة بين أفراد المجتمع، وتحقيق التفاعل بينهم.

#### 3. منفعة صحية نفسية:

تطوير التفكير يساعد الإنسان على:

- الوصول إلى راحة نفسية تُسهم في التكيف مع الأحداث والمتغيرات.
- اكتشاف القوانين الاجتماعية للحياة وتعميق الإيمان بها.

#### 4. منفعة دفاعية:

تطوير التفكير يساعد الإنسان على:

- تجنب الوقوع في حبال الأفكار الضالة، والممارسات السيئة.
- حماية نفسه من التخلي عن اتجاهاته وقيمه وأنماطه السلوكية وقناعاته الممثلة للدين الإسلامي والأعراف والعادات الاجتماعية.

## مستويات التفكير:

### التفكير الأساسي:

ويأتي في المستوى الأول، ويتمثل في النشاطات العقلية غير المعقدة التي تتطلب ممارسة مهارات التفكير الأساسية بمستوياتها الثلاث الدنيا (المعرفة، والاستيعاب، والتطبيق).

### التفكير المركب:

ويأتي في المستوى الثاني، ويتمثل في النشاطات العقلية الأكثر تعقيداً التي تتطلب ممارسة مهارات التفكير العليا بمستوياتها الثلاث (التحليل، والتركيب، التقويم).

حدد بالتعاون مع مجموعتك مستوى التفكير، هل هو (أساسي أو مركب)، مع ذكر السبب في المواقف الموضحة في المنظم الآتي:

### الموقف الثاني

تتابع هند مقطع فيديو تعرضه معلمة الصف وتتأمل الخدمات الإلكترونية السريعة التي يقدمها تطبيق توكلنا للمواطن والمقيم وتغنيهما عن مراجعة المرافق الحكومية، ما مستوى التفكير هنا؟

مستوى التفكير: .....التفكير الأساسي.....

السبب: لأنه يتطلب من هند معرفة واستيعاب المعلومات التي تقدمها المعلمة وتطبيقها في حياتها.

### الموقف الأول

انقطع التيار الكهربائي عن منزل أحمد ليلة اختبار القدرات العامة، وتطلب الأمر أن يبحث عن عدة حلول سريعة لاستكمال المذاكرة، ما مستوى عملية التفكير هنا؟

مستوى التفكير: .....التفكير المركب.....

السبب: لأنه يتطلب من أحمد تحليل المشكلة وتركيب حلول ممكنة وتقويمها واختيار الأنسب له.

موقع بداية التعليمي | beadaya.com

### مهارات التفكير الأساسية

التقييم

الربط

التركيب

التحليل

التنظيم

التذكر

التركيز

تعد مهارات التفكير الأساسية من المهارات المهمة والمتراصة والمتكاملة، والتي يجب الاهتمام بتعلمها منذ الصغر وتطبيقها في المواقف المختلفة؛ بحسب طبيعة الموقف وبما يتناسب مع المرحلة العمرية. وهي تكسب الإنسان النضج والحكمة وحسن التصرف، وتجنبه المخاطر وتعدده لحياة مستقرة وكريمة يمتد نفعها إلى أسرته ومجتمعه؛ فتوثق العلاقات بالتفاعل والتكامل، ويتيسر تحقيق الأهداف الخاصة والعامة، للفرد والمجتمع والوطن.

وتتمثل مهارات التفكير الأساسية في الآتي:

- 1- **التّركيز:** التّركيز من العمليات العقلية التي يقوم الفرد فيها بحصر الاهتمام في موضوع معين، ومحاولة الإصغاء وتوجيه جميع الحواس لهذا الموضوع فقط.
- 2- **التّدكر:** عملية عقلية يقوم بها الفرد؛ لاسترجاع المعلومات المتعلقة بموضوع معين حين حاجته لهذه المعلومات، وتعد من أهم العمليات التي تحدث في الذاكرة.
- 3- **التنظيم:** عملية عقلية تهدف إلى ترتيب المعلومات حسب الموضوع الأساسي لها، وكأنها ملفات يحتفظ بها الدماغ، لكل موضوع على حدة.
- 4- **التحليل:** يشير التحليل إلى تقسيم الفكرة إلى أفكار أصغر؛ لفهم العملية التي تحدث بها بشكل واقعي ومنطقي، ويعد التحليل من أهم مهارات التّفكير الأساسية.
- 5- **التركيب:** يعد التركيب من المهارات المتقدمة لدى الإنسان، حيث يصبح الفرد قادراً على ربط المعلومات ببعضها ودمج الأفكار؛ لإنتاج أفكار جديدة.
- 6- **الربط:** عملية عقلية تستدعي الأفكار لجانب بعضها بعضاً وتحاول إيجاد العلاقات بين الفكرة والأخرى.
- 7- **التقييم:** يعد التقييم المرحلة النهائية في التّفكير حيث يحصر الفرد كل ما قام به ويقيمه من خلال أدوات متعددة، أهمها أدوات القياس العلمي.



## التقويم

1. اكتب مهارة التَّفكير المناسبة لكل موقف من المواقف الحياتية الآتية:

م	المواقف الحياتية	نوع مهارة التَّفكير
1	مرَّ بذهنك مواقف جميلة أثناء رحلتك مع أسرتك إلى مكة المكرمة؛ لأداء مناسك العمرة عام 1435 هـ.	التذكر
2	عرض المعلم صورتين متشابهتين على الشاشة التفاعلية، وطلب من الطلاب استخراج عشرة فروق بينهما.	التحليل
3	اقترح خالد على أعضاء مجلس الاستشارات بالمدرسة ثلاثة حلول؛ لحل مشكلة الكتابة على جدران المدارس.	التقييم
4	قدمت فاطمة بحثاً علمياً عن أسباب عزوف الطالبات عن الالتحاق ببرامج تدريبية في الحرف المهنية.	التركيب

موقع بداية التعليمي | beadaya.com

2. قارن بين كل من: التَّفكير الأساسي والتَّفكير المركب، كما هو موضح في الجدول الآتي:

نوع التَّفكير	المفهوم	المثال
الأساسي	هو النشاطات العقلية غير المعقدة التي تتطلب ممارسة مهارات التفكير الأساسية بمستوياتها الثلاث الدني (المعرفة، والاستيعاب، والتطبيق).	عندما يطلب المعلم من الطالب أن يحل مسألة رياضية باتباع خطوات محددة، أو أن يحفظ قصيدة شعرية بالحفظ الحرفي، أو أن يصنف الحيوانات حسب الفئات المعروفة، فهو يمارس التفكير الأساسي.
المركب	هو النشاطات العقلية الأكثر تعقيداً التي تتطلب ممارسة مهارات التفكير العليا بمستوياتها الثلاث (التحليل، والتركيب، والتقييم).	ندما يطلب المعلم من الطالب أن يحل مسألة رياضية بطريقة مختلفة عن المعتادة، أو أن يكتب قصيدة شعرية بإلهامه الخاص، أو أن يصنف الحيوانات حسب معايير جديدة، فهو يمارس التفكير المركب.

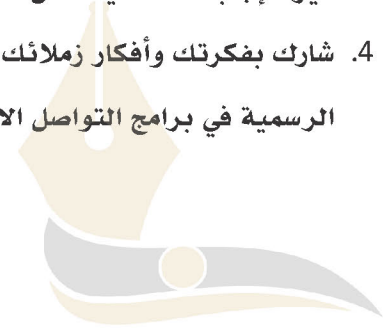


3. مشروع نيوم، هو حلم جريء وطموح لمستقبل جديد لشباب الوطن، وهو انطلاقة التغيير التي ستجسّد مستقبل الابتكار في الأعمال والمعيشة والاستدامة. وتمثل نيوم أحد المشاريع الكبرى لصندوق الاستثمارات العامة وبموقعها الاستراتيجي على ساحل البحر الأحمر شمال غرب المملكة العربية السعودية، ستكون نيوم ميداناً حياً وناصباً بالتجارب، وتصبح منصة عالمية ترسم فيها ريادة الأعمال والابتكار لعالم المستقبل الجديد.

بالتعاون مع أعضاء مجموعتك:

1. اكتب ثلاثة أسئلة تسهم في البحث عن معلومات ترغب في معرفتها عن مشروع نيوم.
2. اطرح الأسئلة على الطلاب ودون جميع الإجابات.
3. ميز الإجابات الصحيحة من الخاطئة وعزز الاجابات الجيدة.
4. شارك بفكرتك وأفكار زملائك الجيدة عن مشروع نيوم في برامج الإذاعة المدرسية وفي حسابات المدرسة الرسمية في برامج التواصل الاجتماعي.

بداية  
موقع بداية التعليمي | beadaya.com





## الدَّرْسُ الثَّانِي: مهارة معالجة الأفكار

### أهداف الدرس:

- أن أتعرف على مفهوم مهارة معالجة الأفكار.
- أن أستخلص المفاهيم المرتبطة بمهارة معالجة الأفكار.
- أن أحدد خطوات تطبيق مهارة معالجة الأفكار.
- أن أصف تطبيق مهارة معالجة فكرة.

### مفاهيم الدرس

- معالجة الأفكار (Processing Ideas)

تساعد مهارة معالجة الأفكار الفرد على فحص وتفسير جميع الجوانب الإيجابية والسلبية والمشوقة في المواقف اليومية، كما تجعله قادراً على فصل المشاعر والعواطف عن الفكرة، وخاصة تلك الأفكار التي تحدد مساراً مهماً في حياتنا. بحيث تمكنه من دراسة أبعاد الموقف وجوانبه المختلفة قبل اتخاذ القرار أو إصداره الحكم عليها.

موقع بداية التعليمي | beadaya.com

### مفهوم مهارة معالجة الأفكار:

طريقة من طرائق التفكير العلمي يتم من خلالها تعزيز إدراك فكرة معينة من خلال تحليل أعمق لها، وفهمها والكشف عن جوانبها الإيجابية والسلبية والمثيرة.



## مفاهيم مرتبطة بمهارة معالجة الأفكار:

أشياء جيدة في الفكرة، أي لماذا نفضلها؟	• إيجابي
أشياء سيئة عن الفكرة، أي لماذا نرفضها؟	• سلبي
أشياء تجذب وتلفت الانتباه وليس ملزمًا بالأخذ بها.	مثير

### نشاط 1

ناقش فكرة التعليم المدمج<sup>(1)</sup>، مستعرضاً أهم الجوانب الإيجابية للفكرة والجوانب السلبية والجوانب المثيرة بالنسبة لك.

الإجابة في الصفحة التالية

موقع بداية التعليمي | beadaya.com

### خطوات تطبيق مهارة معالجة الأفكار:

1. عرّف الفكرة أو الموقف الذي ترغب في معالجته.
2. سجّل قائمة تحوي الأبعاد الإيجابية للموقف أو الفكرة.
3. سجّل قائمة تحوي الأبعاد السلبية للموقف أو الفكرة.
4. سجّل قائمة تحوي العناصر المشوقة في الموقف أو الفكرة.
5. تفحص كل ما سبق ووازن النتائج.
6. اتخذ قراراً للتبني أو الرفض.

(1) التعليم المدمج: هو نظام تعليمي تعليمي يستفيد من جميع الإمكانيات والوسائط التقنية المتاحة وذلك بالجمع بين أكثر من أسلوب وأداة للتعليم لتقديم نوعية جديدة من التعلم تناسب خصائص المتعلمين واحتياجاتهم.

## الجوانب الإيجابية لفكرة التعليم المدمج:

- 1- توفير فرصة للاستفادة من مصادر متعددة ومتنوعة للتعلم .
- 2- تمكين المتعلمين من التحكم في وتيرة وطريقة وزمان ومكان تعلمهم .
- 3- تحفيز المتعلمين على الاستقلالية والمبادرة والمشاركة الفعالة .
- 4- تطوير مهارات القرن الحادي والعشرين، مثل التفكير النقدي والإبداعي والتواصل والتعاون وحل المشكلات والمواطنة الرقمية .

## الجوانب السلبية لفكرة التعليم المدمج:

- 1- عدم توفر البنية التحتية والموارد التقنية اللازمة لتنفيذه بشكل فعال.
- 2- عدم تأهيل وتدريب المعلمين والمتعلمين على استخدام الوسائط التقنية بشكل صحيح .
- 3- تقليل التفاعل الاجتماعي والوجهي بين المتعلمين والمعلمين.
- 4- زيادة الضغط والإجهاد والتشتت والغش .

## الجوانب المثيرة لفكرة التعليم المدمج:

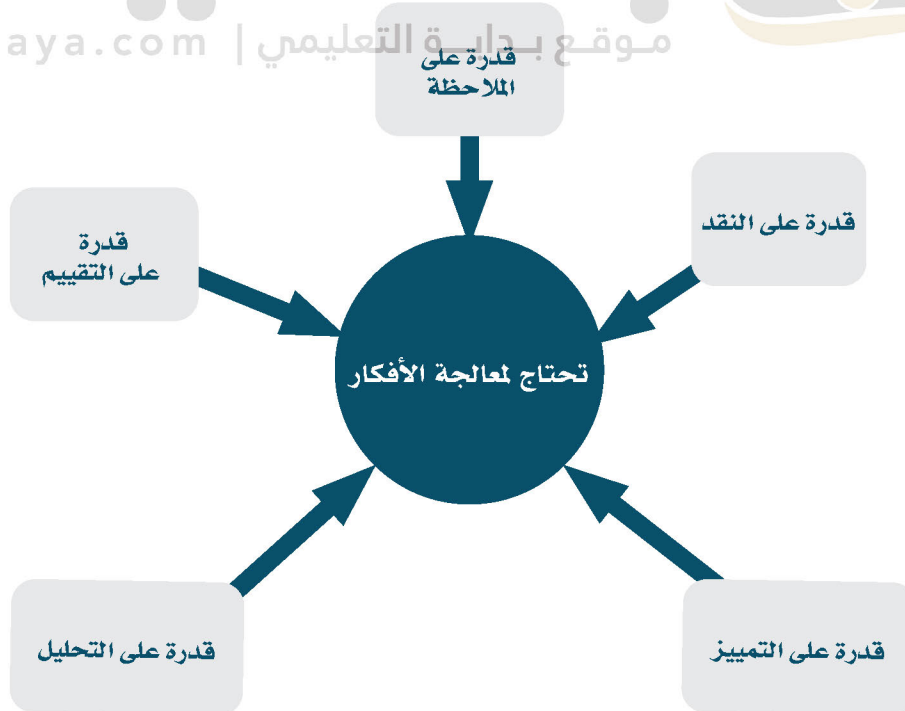
- 1- فتح آفاق جديدة للابتكار والتجريب في مجال التعليم .
- 2- توليد نماذج وأساليب وأدوات جديدة للتعلم تناسب متطلبات العصر الحالي والمستقبلي .
- 3- تحقيق التعليم المدى الحياة وتعزيز التعلم المستمر والمتكامل والمتعدد الثقافات .

## تطبيق مهارة معالجة فكرة:

بالتعاون مع مجموعتك ناقش فكرة إزام طالب المرحلة الثانوية بإتمام العدد المحدد من ساعات التطوع في الأنشطة التي تحددها المدرسة.

إيجابي	سليبي	مثير ومشوق
<ul style="list-style-type: none"><li>• رفع الوعي بأهمية العمل التطوعي.</li><li>• تنمية روح الولاء للوطن.</li><li>• زرع الثقة بالنفس.</li><li>• استثمار وقت الفراغ وشغله بما ينفعه.</li><li>• تنمية روح المبادرة والعمل ضمن الفريق.</li><li>• اكتشاف الطالب لمهاراته الكامنة.</li><li>• تنمية مهارة التخطيط والتنفيذ.</li><li>• تنمية مهارات التفكير.</li><li>• تنمية مهارة البحث.</li><li>• تنمية مهارة الإقناع.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• صعوبة التنسيق بسبب كثافة العدد.</li><li>• مواجهة أخطار العمل والإصابات.</li><li>• انشغال الطلاب عن دروسهم.</li><li>• مواجهة الفكرة بالرفض.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• يمارس الطلاب متعة العمل.</li><li>• يكتشف الطلاب بيئات العمل المختلفة.</li><li>• يُكون الطلاب علاقات ناجحة وثرية.</li></ul>
• الحكم النهائي: الفكرة جيدة ، والإيجابيات فيها تطفى على السلبيات.		

## ما تحتاج إليه لمعالجة الأفكار:



## نشاط 2

بالتعاون مع مجموعتك استخدم مهارة معالجة الأفكار في المشروعين الآتيين؛ من خلال تقسيم الطلاب إلى مجموعتين كل مجموعة تناقش أحد المشاريع في الجدول أدناه:

المشروع	إيجابي	سلبى	مثير ومشوق	الاحصائيات	الحكم النهائي
1. تنظيم دخول الشاحنات إلى المدن المزدهمة من خلال الحجز الإلكتروني المسبق.				<ul style="list-style-type: none"> <li>• العدد الكلي للطلاب في المجموعة: ( ) .</li> <li>• عدد المؤيدين للمشروع: ( ) .</li> <li>• عدد الراضين للمشروع: ( ) .</li> </ul>	
2. تشجير الأحياء السكنية.				<ul style="list-style-type: none"> <li>• العدد الكلي للطلاب في المجموعة: ( ) .</li> <li>• عدد المؤيدين للمشروع: ( ) .</li> <li>• عدد الراضين للمشروع: ( ) .</li> </ul>	

تنظيم دخول الشاحنات إلى المدن المزدحمة من خلال الحجز الإلكتروني المسبق

### الأبعاد الإيجابية :

- تقليل الازدحام المروري وتحسين كفاءة النقل .
- زيادة الأمان على الطرقات .
- تحقيق رضا السائقين والسكان المحليين من خلال تنظيم أفضل لحركة المرور .
- تسريع وتسهيل عمليات الشحن والنقل وزيادة النمو الاقتصادي .

### الأبعاد السلبية :

- بناء النظام وتطويره يتطلب تكلفة مادية .
- عدم رغبة البعض في التغيير والانتقال لنظام جديد .
- حدوث مشاكل في النظام وأخطاء تقنية ولا سيما في الفترة الأولى .
- الحاجة لتدريب وتعليم السائقين على استخدام النظام .

### الأبعاد المثيرة والمشوقة :

- استخدام التكنولوجيا المتطورة في تحسين المواصلات في المدن .
- فتح آفاق جديدة للابتكار والتجريب في مجال النقل واللوجستية

تشجير الأحياء السكنية

بداية  
موقع بداية التعليمي | beadaya.com

### الأبعاد الإيجابية

- تقليل التلوث الجوي وتحسين جودة الهواء .
- تحسين الصحة الجسمية والنفسية للسكان .
- إضفاء مظهر جمالي على الأحياء السكنية .
- توفير أماكن للترفيه والتنزه والاستجمام .

### الأبعاد السلبية

- زراعة ورعاية الأشجار قد تتطلب تكلفة مادية لا بأس بها .
- توفير طرق لري وسقاية الأشجار بشكل مستمر ولا سيما في المناطق التي تعاني من نقص الماء .

### الأبعاد المثيرة والمشوقة

- فرصة جيدة لتشجيع المشاركة المجتمعية وتحفيز العمل التطوعي .

1. حدّد مواقف حياتية يكون فيها استخدام مهارة معالجة الأفكار مفيداً.

اختيار المسار الوظيفي والتخصص التعليمي .

اتخاذ القرارات المالية الكبيرة.

التغيرات الكبرى في نمط الحياة: مثل الانتقال لمدينة جديدة، تغيير الوظيفة وغيرها.

2. ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة فيما يأتي:

- يقصد بمعالجة الأفكار تعزيز وإدراك فكرة معينة من خلال تحليل بسيط وسريع (خطأ)
- ترتبط مهارة معالجة الأفكار بمفهوم الموازنة بين عدة قرارات وترجيح الأفضل منها. (صح)

3. حدّد خطوات تطبيق مهارة معالجة الأفكار.

1- عرّف الفكرة أو الموقف الذي ترغب في معالجته. 2- سجّل قائمة تحوي الأبعاد الإيجابية

للموقف أو الفكرة. 3- سجّل قائمة تحوي الأبعاد السلبية للموقف أو الفكرة. 4- سجّل قائمة

تحوي العناصر المشوقة في الموقف أو الفكرة. 5- تفحص كل ما سبق ووازن النتائج. 6- اتخذ قراراً للتبني أو الرفض.

موقع بداية التعليمي | beadaya.com

4. البعد عن الذاتية من أهم ثمرات ممارسة مهارة معالجة الأفكار، برأيك هل تحلي الزوجين بهذه المهارة

يساعد على الحد من حدوث الخلافات وتطورها إلى الطلاق؟ وضح ذلك.

نعم، أعتقد ذلك. وذلك لأن هذه المهارة تمكنهما من التعامل مع الأفكار والمواقف المختلفة بشكل

علمي وموضوعي ومنطقي، وتساعدهما على فهم واحترام وجهات نظر بعضهما البعض، وتحفزهما

على البحث عن الحلول المناسبة والمرضية للطرفين.



رابط الدرس الرقمي

www.ien.edu.sa

## الدَّرْسُ الثَّلَاثُ: مهارة إدارة حل المشكلات واتخاذ القرار.

### أهداف الدَّرْس:

- أن أوضح مفهوم المشكلة.
- أن أعرف مفهوم مهارة حل المشكلة.
- أن أعرف مفهوم اتخاذ القرار.
- أن أحلل خطوات حل المشكلات واتخاذ القرارات.
- أن أحدد طرق اكتساب مهارة حل المشكلات واتخاذ القرارات.
- أن أبين مبادئ وتوجيهات اتخاذ القرار السليم.

### مفاهيم الدَّرْس

- المشكلة. (Problem)
- مهارة حل المشكلات. (Problem Solving Skill)
- اتخاذ القرار. (Decision Making)

موقع بداية التعليم | beadaya.com

يدفعنا واقعنا المتغير إلى التفكير في إيجاد طرائق جديدة، تجعلنا نستجيب بشكل أفضل لمطالب هذا الواقع والتعامل مع ما يواجهنا من مواقف بفعالية. قال تعالى: ﴿وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا ۖ وَيَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ﴾ (1) فنحن في حياتنا قد نواجه العديد من المشكلات التي يكون بعضها معقدًا وأكثر صعوبة من الآخر، ولحل ما يواجهنا من مشكلات لابد من امتلاك مهارات خاصة تساعدنا على الوصول بإذن الله للقرار المناسب في الوقت المناسب .

### مفهوم المشكلة؟

شعور وإحساس بوجود صعوبة ما، أو مواقف ينتج عنها حالة من التناقض والارتباك وعدم الارتياح.

### مفهوم مهارة حل المشكلات.

هي تلك المهارة التي تُستخدم؛ لتحليل ووضع استراتيجيات تهدف إلى حل سؤال صعب أو موقف معقد يعيق التقدم في أي جانب من جوانب الحياة.

(1) سورة الطلاق آية رقم (2).



## مفهوم اتخاذ القرار:

هي عملية عقلية تهدف إلى إحداث تغييرات، للوصول إلى نتائج إيجابية لموقف أو قضية ما من خلال المفاضلة بين الحلول البديلة واختيار المناسب منها.

فكر

هل القرار مجرد قول نعم أو قول لا؟







## خطوات حل المشكلات واتخاذ القرار:



## نشاط 1

### الحل في الصفحة التالية

بالتعاون مع مجموعتك ناقش مشكلة إفراط بعض الشباب في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي مستفيداً من المخطط الآتي:

	1. تحديد المشكلة وطبيعتها.
	2. تحديد خطة لحل المشكلة.
	3. استثمار الخبرات السابقة والمعلومات.
	4. وضع فرضيات تسهم في الحل.
	5. اختيار الفرضية المناسبة.
	6. الحل المقترح

موقع بداية التعليمي | beadaya.com

## نشاط 2

بعد دراستك مهارة حل وإدارة المشكلات ناقش مع مجموعتك قضية (ارتفاع تكلفة الزواج في مجتمعك).

في الصفحات التالية

.....

.....

## المشكلة وطبيعتها :

المشكلة هي إفراط بعض الشباب في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، مما يؤثر سلباً على صحتهم النفسية والجسدية وعلاقتهم الاجتماعية وأدائهم الأكاديمي والمهني .

## خطة لحل المشكلة: الخطة تتضمن الخطوات التالية :

\* تحديد أسباب وعوامل المشكلة وتحليلها .

\* تحديد الأهداف والنتائج المرجوة من حل المشكلة .

\* توليد البدائل والحلول الممكنة وتقييمها .

\* اختيار الحل الأمثل وتنفيذه .

\* مراقبة وتقييم الحل وتعديله إذا لزم الأمر .

## استثمار الخبرات السابقة والمعلومات :

يمكن الاستفادة من الخبرات السابقة والمعلومات المتوفرة لحل المشكلة، مثل :

\* الاستعانة بالدراسات والأبحاث والمقالات التي تتناول المشكلة وتقدم حلولاً ونصائح لها .

\* الاستفادة من الخبرات الشخصية أو الجماعية في التعامل مع المشكلة أو مشاكل مشابهة، والتعلم من تجارب النجاح والفشل والعبر والدروس .

\* الاستشارة والمشورة من الأهل والأصدقاء والمعلمين والمرشدين والمختصين في مجال الصحة النفسية والاجتماعية والتربوية .

## وضع فرضيات تسهم في الحل :

\* فرضية أن المشكلة تنشأ من عدم وجود توازن بين الحياة الواقعية والافتراضية للشباب، وأن الحل يكمن في إيجاد هذا التوازن وتحديد أولويات الحياة .

\* فرضية أن المشكلة تنشأ من عدم وجود وعي ومسؤولية لدى الشباب تجاه استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، وأن الحل يكمن في توعية الشباب و تثقيفهم بالمخاطر والفوائد المترتبة على استخدام هذه المواقع .

\* فرضية أن المشكلة تنشأ من عدم وجود بدائل ومنافسات لمواقع التواصل الاجتماعي في حياة الشباب، وأن الحل يكمن في توفير بدائل ومنافسات تحقق للشباب الرضا والمتعة والفائدة .

## اختبار الفرضية المناسبة :

يمكن اختبار الفرضيات المناسبة للحل بطرق مختلفة، مثل :

\* تطبيق الفرضية على حالات محددة أو عينات ممثلة من الشباب المستهدفين، ومراقبة النتائج والتغيرات التي تحدث .

\* مقارنة الفرضية مع الواقع

## الحل المقترح :

تطوير برنامج توعية مدرسي وجامعي يركز على أهمية الاستخدام المتوازن. إنشاء مجموعات دعم تشجع على تبادل الخبرات وتقديم نصائح لاستخدام صحي للتواصل الاجتماعي. تشجيع المبادرات المجتمعية التي توفر بدائل تفاعلية ونشاطات إبداعية .

تعتبر تكاليف الزواج في المجتمع السعودي من الأعلى عالمياً، وهناك العديد من العوامل التي تؤثر على ارتفاع هذه التكاليف، مثل :

- زيادة متطلبات الحياة، وزيادة أسعار المنتجات والخدمات الأساسية، مثل: السكن، والطعام، والملابس، والمواصلات وغيرها.
- العادات والتقاليد التي تتطلب إنفاقاً كبيراً على حفلات الزفاف والمجوهرات والهدايا وغيرها.
- والمهور العالية التي يطلبها أولياء الأمور.
- انتشار ثقافة التباهي والتفاخر بين الأسر، مما يؤدي إلى زيادة تكاليف الزواج.

وبالطبع زيادة تكاليف الزواج قد تكون له آثار سلبية كبيرة على الأفراد والأسر والمجتمعات في مختلف جوانب الحياة، ولذلك محاولة إيجاد حلول دائمة لهذه المشكلة يجب أن تكون إحدى الأولويات الأساسية لجميع العاملين في مجال الخدمات والتوعية، ومن الحلول الممكنة للتغلب على هذه المشكلة قدر الإمكان:

- 1- توعية أولياء الأمور بأهمية تسهيل الزواج على أبنائهم وبناتهم، وتخفيض المهور والمطالب المادية، والاكتفاء بالمهر الشرعي والمناسب .
- 2- تنظيم حفلات الزفاف بشكل بسيط ومقتصد، والابتعاد عن التبذير والإسراف، والاستفادة من الخدمات المجانية أو المخفضة التي تقدمها بعض المؤسسات الخيرية أو الحكومية .
- 3- تدخل الدولة لتنظيم تكلفة الزواج، من خلال وضع حد أقصى للمهور، وأسعار الخدمات المتعلقة بالزواج.
- 4- التوعية المجتمعية لتغيير العادات والتقاليد الاجتماعية التي تؤدي إلى ارتفاع تكلفة الزواج.

## ما نحتاج إليه لاكتساب مهارة حل المشكلات واتخاذ القرار:

- قدرة على جمع المعلومات.
- قدرة على الخيال والتأمل.
- قدرة على النقد.
- إعطاء بدائل لحل المشكلة.
- قدرة على الاستنتاج والتوقع.
- قدرة على المبادرة والتنفيذ.

### نشاط 3

• ما القرارات الهامة التي يتخذها الشباب خلال مسيرة حياتهم؟

اختيار التخصص الجامعي، والمسار المهني، الزواج، الهجرة والسفر، المشاريع والأعمال الاستثمارية ...

• كيف اتخذت قرار تحديد مسارك في نظام المسارات؟

بداية

• ما القرار الصحيح الذي يمكن أن تتخذه بعد دراستك لألية اتخاذ القرار؟

موقع بداية التعليمي | beadaya.com

## مبادئ وتوجيهات تيسر اتخاذ القرار السليم:

1. حدد بشكل واضح وصريح سبب اختيارك لكل خيار.
2. شاور غيرك وافتح عقلك لآراء الآخرين خاصة إذا كان قرارك يهمهم.
3. افحص خياراتك، وخذ بالحسبان جميع العوامل.
4. استفد من نتائج قراراتك السابقة.
5. انظر في سلبات كل خيار وإيجابياته (مهارة موازنة الأفكار).

#### نشاط 4

أعلنت إحدى مؤسسات الدعاية والإعلان عن توفر وظيفة إدارية (سكرتير)، فتقدم -عن طريق برنامج تمهير- طالبان حديثا للتخرج، وقد تضمنت سيرتهما الذاتية ما يأتي:  
الأول: يحترم الوقت، ملم بمهام الوظيفة، غير متقن للغة الإنجليزية، سريع في الطباعة، يمتلك مهارات مكتبية وتنظيمية.

الثاني: متقن للغة الإنجليزية، ملم بمهام الوظيفة، مهاراته اجتماعية جيدة، يجيد استخدام تطبيقات الحاسب الآلي المتطورة، يمتلك مهارة تعدد المهام.

بالتعاون مع مجموعتك حدد الآتي:

• المهارات التي تتطلبها وظيفة السكرتارية.

• وازن بين المهارات التي تضمنتها سيرتهما، ثم ناقش المجموعة حول ذلك.

• رشح من تراه مناسباً، ودعم قرارك بمبررات الترشيح.

**الطلب الأول:** تتطلب وظيفة السكرتارية مجموعة من المهارات منها: - إدارة الوقت وتنظيم المهام ومتابعتها. - القدرة على تعدد المهام. - إعداد التقارير وإدارة الملفات. - اتقان اللغة الأم واللغة الإنجليزية أو لغة أخرى لها علاقة بمجال العمل. - مهارات الكتابة والتحرير. - مهارات التواصل الشفهي والكتابي. - استخدام برامج الحاسب الآلي الأساسي. - استخدام برامج الحاسب الآلي المتخصصة. - مهارات التعامل مع الآخرين والعمل ضمن فريق. - المهارات الاجتماعية والسلوكية والقيادية وغيرها.

**الطلب الثاني:** بالمقارنة بين المهارات التي تضمنتها سيرة كل من الشخصين، نجد أن الشخص الثاني يتمتع بمهارات وقدرات أكثر، ويتفوق على الشخص الأول في العديد من الأمور.

**الطلب الثالث:** بناءً على ما سبق فإن الشخص المناسب بينهما لشخص وظيفة السكرتارية هذه هو الشخص الثاني حيث أنه يمتلك مهارات أساسية ومتقدمة تؤهله للتأقلم مع متطلبات العمل والتغيرات المستمرة في بيئة العمل.

#### نشاط 5

وهبك الله عز وجل قدرات وإمكانات.

• اذكر أبرز القدرات والإمكانات التي تتمتع بها.

• حدد المهنة المناسبة لك بناء على ما رزقك الله من قدرات وإمكانات؟

1. قدم أمثلة لمشكلات في المجالات الآتية:

المجال	المشكلة
التربوي	عدم الرغبة لدى المعلمين بالتطوير وفقدان الدافعية، قصور استخدام التقنية ووسائلها، الإدمان على الإنترنت والألعاب، التمر.
البيئي	زيادة انبعاثات ثاني أكسيد الكبريت وأكسيد النيتروجين بسبب استهلاك الوقود الأحفوري، مخلفات المصانع، التصحر.
الاقتصادي	لبطالة، ارتفاع تكاليف الحياة والمعيشة، عدم تعدد مصادر الدخل
الأسري	ارتفاع نسبة الطلاق، العنوسة وتأخير سن الزواج، العنف الأسري، ثقافة الاستهلاك السلبية.

2. تحقق من فهمك لخطوات حل المشكلة واتخاذ القرار مستخدماً الخريطة المعرفية الآتية:



وفي غزوة أحد، استشار النبي - صلى الله عليه وسلم - في اختيار المكان الذي يجاربه منه المسلمون، ونزل على رأي من أراد الخروج، كما أخذ عليه الصلاة والسلام بمشورة صاحبيه بعد المعركة في ملاحقة فلول قريش ومطاردتها.

4. أمامك مجموعة تمثل أنواع القرارات؛ أعط مثلاً لهذه الأنواع من الواقع:

المجال	المثال
قرار لا يُرد ولا رجعة فيه بعد اتخاذه.	• العهود، الطلاق البائن
قرار يمكن الرجوع عنه بعد اتخاذه.	• تحديد مواعيد النوم للأبناء، شراء منتج ما،
قرار تجريبي.	• إعطاء الابن مبلغ مالي لمدة شهر ليتعلم إدارة شؤونه ومتابعة ذلك
قرار مؤجل.	• الزواج
قرار مرفوض.	• أي قرار يمس الدين، أو قرار يهدف إلى تخريب ممتلكات الآخرين.

أو قرار يخالف الذوق العام

# مشروع تقويم الوحدة

## عنوان المشروع:

- نحن نفكر

## أهداف المشروع:

- تنمية المهارات الذهنية في إدارة المشكلات واتخاذ القرارات.
- تحقيق التواصل الجيد والتفاعل مع الآخرين.
- تحقيق التفاعل مع أولياء الأمور في معالجة المشكلات.
- استخدام الحوار لتقريب وجهات النظر.
- توظيف مهارات التفكير الأساسية.
- تطبيق مهارة معالجة الأفكار.
- استخدام مهارات التفكير الناقد في حل المشكلات.
- التدريب الذاتي على تطبيق مهارات التفكير.

## فكرة المشروع:

يُقسم المعلم الطلاب إلى ثلاث مجموعات؛ ثم يقدم المعلم حلقة نقاش مع المجموعات؛ لاختيار مشكلة<sup>(1)</sup> ملحة يتعرض لها طالب المرحلة الثانوية في محيط أسرته أو مدرسته أو مجتمعه، وتحتاج إلى اتخاذ قرار مناسب لحلها على أسس علمية.

## ضوابط المشروع:

### 1. المقدمة:

- نشر ثقافة استخدام مهارات التفكير في حل المشكلات على مستوى المدرسة والأسرة والمجتمع.
- إتاحة الفرصة؛ لاختيار نوع المشكلة من قبل الطلاب ووفق رغباتهم.
- توظيف التقنية الحديثة والتطبيقات الحاسوبية، من قبل الطلاب في جمع المعلومات وترميزها.

### 2. المهام:

- تحديد نوع المشكلة من قبل أعضاء المجموعة.
- تحديد دور كل عضو في المجموعة لممارسة مهارات التفكير في حل المشكلة.
- إشراك أولياء الأمور كمحور أساسي في إثراء محتوى المشكلة.

### 3. الإجراءات:

- تطبيق مهارات التفكير الأساسية (التركيز، التحليل، التذكر، التنظيم، التركيب، الربط، التقييم)
- استخدام مهارات التفكير الناقد في معالجة المشكلة.
- تطبيق استراتيجيات حل المشكلات واتخاذ القرارات.

(1) يتاح للطلاب اختيار مشكلات من واقعهم الاجتماعي في المجال التعليمي أو الاقتصادي أو الاجتماعي.

#### 4. المصادر:

حماية الحقوق الفكرية بتوثيق المراجع والمصادر والتطبيقات الرقمية المستخدمة في البحث.

#### 5. التقييم:

- تقديم كل عضو من أعضاء المجموعة تغذية راجعة لزملائه في تطبيق مهارات التفكير.
- تقييم الطالب لذاته مع مقارنة أدائه بأداء زملائه في تطبيق كل مهارة تم استخدامها في معالجة المشكلة.
- تقييم أولياء الأمور للطلبة في أساليب وطريقة حل المشكلة.

#### 6. الخاتمة والنتائج:

- يقدم الطلاب عرضاً تقنياً لما تم إنجازه من قبل المجموعة في الحصة الدراسية تحت إشراف معلم المادة.
- عرض مشاركة أولياء الأمور<sup>(2)</sup> الصوتية أو الكتابية أو الفيديو في معالجة المشكلة.
- تحديد أهم مهارات التفكير المكتسبة لكل عضو من أعضاء المجموعة.
- تحديد الصعوبات التي واجهت المجموعة مع إيضاح سبل معالجتها.
- إعداد تقرير المشروع النهائي لكل مجموعة من مجموعات الصف.



(2) مشاركة أولياء الأمور تكون تحت إطار تنظيمي وفق الأنظمة من قبل إدارة المدرسة.

## تنمية الوعي المجتمعي

## الوحدة الثالثة

### أهداف الوحدة

1. تعزيز أهمية تطبيق النظام.
2. الارتقاء بالذوق العام في سلوكيات المواطن الصالح.
3. الوعي بمسؤوليات المواطنة الصالحة وممارستها بفاعلية.
4. تنمية استعداد الطلاب لتحمل المسؤولية تجاه أنفسهم، ومجتمعهم.
5. التعامل المناسب مع الأزمات الاجتماعية.
6. الوعي بالطرق الإيجابية للترفيه والارتقاء بقطاع السياحة.
7. تعزيز المهارات الاجتماعية الإيجابية لدى الطلاب.

### موضوعات الوحدة:

1. تطبيق النظام والمحافظة على الذوق العام.
2. الوطنية والمواطنة.
3. المسؤولية الاجتماعية.
4. التكيف مع الازمات الاجتماعية.
5. الترفيه والسياحة.



# الدرس الأول: تطبيق النّظام والمحافظه على الذّوق العام



## أهداف الدّرس:

- أن أعرف مفهوم النّظام.
- أن أحدّد عناصر النّظام.
- أن أوضّح المصادر الأساسية لاشتقاق الأنظمة في الإسلام.
- أن أعلل أهمية النّظام.
- أن أعرف مفهوم الذّوق العام.
- أن أصف مظاهر الذّوق العام.
- أن أحلّل أسباب ضعف الذّوق العام في المجتمع.

## مفاهيم الدّرس

- النّظام (System)
- الذّوق العام (Public Decency)

موقع بداية التعليمي | beadaya.com

الإنسان مدني بطبعه، يعيش في مجتمع يؤثر فيه ويتأثر به وهذه الطبيعة تدفعه لتلبية احتياجاته الاجتماعية والنفسية بما يضمن له الاستقرار والرفاهية، بالعمل والإنجاز وإثبات الذات والسعي لعمارة الأرض؛ لتحقيق الهدف من خلق الله له (عبادته واستخلافه لعمارة الأرض)، ولا شك أن الاحتكاك بالآخرين والتعامل معهم يعرضه للاتفاق أو الاختلاف في وجهات النظر والتنازع حولها، لذا كان لزاماً أن تُقنن العلاقات بين أفراد المجتمع وتحدد الحقوق والواجبات وتنظم الموارد والمصادر، وهذا ما نزلت به التشريعات السماوية ونادى به أهل العلم والحكمة؛ لإصلاح المجتمع وتنظيم أحواله، من خلال إيجاد أنظمة ملزمة اجتماعياً حفظاً للأمن ورعاية للمصالح العامة والخاصة، وتحدد المقبول والمرفوض منها قانونياً واجتماعياً، ومن أمثلتها الأنظمة الحديثة التي يعمل بها على مستوى الدول والبلدان والمجتمعات والأسرة والفرد .

## مفهوم النظام:

مجموعة من القوانين والمبادئ والتشريعات والأعراف التي تقوم عليها حياة الفرد والمجتمع، وبها تُنظم الأمور وتُقرر الحقوق والواجبات وبموجبها يُجرم المخالفون.

## عناصر النظام:

- لكل نظام وظيفة تؤدي إلى الإشباع والتناسق (الوظيفة).
- له معايير وقواعد ضابطة (مقنن).
- مرتبط بفكرة الجزاءات والعقوبات (إلزامي).

### نشاط 1

في أحد الأيام من شهر رمضان المبارك -وبعد صلاة العصر- توجه فواز مع أبنائه إلى أحد مراكز التسوق لشراء حاجيات متنوعة، وسار باتجاه المحاسب حاملاً مشترياته، فتفاجأ برجل يتقدم عليه بسرعة البرق دافعاً أحد أبنائه، دونما استحياء ولا استئذان، ولا حتى إلقاء السلام، بل قذف بحاجياته أمام المحاسب، وهو يصرخ قائلاً: (زوجتي وأولادي في السيارة)، فنظر المحاسب إلى الرجل وإلى فواز بتعجب وعلامات الحيرة على وجهه وكأنه يقول: ماذا أفعل؟!

• ما رأيك في تصرف الرجل؟ موقع بداية التعليمي | beadaya.com

**تصرف الرجل غير مقبول، ومخالف للأداب والأخلاق والشريعة، ولا يحترم شهر رمضان المبارك ولا يتحلى بالصبر والتواضع والرحمة.**

• ماذا تفعل لو كنت مكان المحاسب؟

**كنت سأتعامل بمهنية وهدوء، كنت أولاً سأحاول تهدئة الرجل ومن ثم أوضح له أنه يتوجب عليه الانتظار في الطابور، وأنه لا يجب عليه أن يعتدي على الأطفال ويسبب لهم الأذى.**

• ماذا تفعل لو كنت مكان فواز؟

**لحاولت التسيطرة على مشاعر الغضب والانزعاج التي قد تنتابني واحتفظ بهدوءي قدر الإمكان، وأحاول توجيه الرجل ونصحه بالحسنة بحيث أوضح له بأن عليه احترام الدور واحترام الآخرين، وبأنه لا يعرف ظروف أي شخص في الدور هنا فربما يكونوا أكثر عجلةً حتى منه، وأوضح له الطريقة المناسبة للأذن وما شابه.**

## المصادر الأساسية لاشتقاق الأنظمة في الإسلام في بعض الجوانب:

المصدر		الجانب
السنة النبوية	القرآن الكريم	
عن عبدالله بن عمرو <small>رضي الله عنه</small> قال: قال رسول الله <small>صلى الله عليه وسلم</small> : (لا يحل لثلاثة نفر يكونون بأرض فلاة إلا أمروا عليهم أحدهم) <sup>(3)</sup> .	قال تعالى: ﴿أَطِيعُوا اللَّهَ وَأَطِيعُوا الرَّسُولَ وَأُولِي الْأَمْرِ﴾ <sup>(1)</sup> . قال تعالى: ﴿يَدَاوُدُ إِنَّا جَعَلْنَاكَ خَلِيفَةً فِي الْأَرْضِ فَاحْكُم بَيْنَ النَّاسِ بِالْحَقِّ﴾ <sup>(2)</sup> .	السياسي
عن عبدالله بن عمر <small>رضي الله عنه</small> قال: قال رسول الله <small>صلى الله عليه وسلم</small> : (المحتكر ملعون) <sup>(6)</sup> . عن عبدالله بن عمر <small>رضي الله عنه</small> قال: قال رسول الله <small>صلى الله عليه وسلم</small> : (لا يبيع أحدكم على بيع أخيه) <sup>(7)</sup> . عن حكيم بن حزام <small>رضي الله عنه</small> قال: قال رسول الله <small>صلى الله عليه وسلم</small> : (البيعان بالخيار ما لم يتفرقا) <sup>(8)</sup> .	قال تعالى: ﴿وَأَحَلَّ اللَّهُ الْبَيْعَ وَحَرَّمَ الرِّبَا﴾ <sup>(4)</sup> . قال تعالى: ﴿وَلَا تَأْكُلُوا أَمْوَالَكُمْ بَيْنَكُمْ بِالْبَاطِلِ وَتُدْلُوا بِهَا إِلَى الْحُكَّامِ لِتَأْكُلُوا فَرِيقًا مِنْ أَمْوَالِ النَّاسِ بِالْإِثْمِ وَأَنْتُمْ تَعْلَمُونَ﴾ <sup>(5)</sup> .	الاقتصادي
عن أنس بن مالك <small>رضي الله عنه</small> قال: قال رسول الله <small>صلى الله عليه وسلم</small> : (طلب العلم فريضة) <sup>(10)</sup> .	قال تعالى: ﴿وَإِذْ قَالَ لُقْمَنُ لِابْنِهِ وَهُوَ يَعِظُهُ يَا بُنَيَّ لَا تُشْرِكْ بِاللَّهِ إِنَّ الشِّرْكَ لَظُلْمٌ عَظِيمٌ﴾ <sup>(9)</sup> .	التعليمي
عن معاذ بن جبل <small>رضي الله عنه</small> قال: قال رسول الله <small>صلى الله عليه وسلم</small> : (من ولي من أمر المسلمين شيئاً، فاحتجب عن أولي الضَّعْفِ والحاجة؛ احتجب الله عنه يوم القيامة) <sup>(12)</sup> .	قال تعالى: ﴿يَتَابَتِ أَسْتَعْرَجُهُ إِنَّكِ خَيْرٌ مِنْ أَسْتَعْرَجَتْ أَلْفَوْهُ الْأَمِينُ﴾ <sup>(11)</sup> .	الإداري

(7) صحيح البخاري 2139.  
(8) صحيح البخاري 2082.  
(9) سورة لقمان آية رقم (13).  
(10) صحيح الجامع 3914.  
(11) سورة القصص آية رقم (26).  
(12) صحيح الترغيب 2209.

(1) سورة النساء آية رقم (59).  
(2) سورة ص آية رقم (26).  
(3) مسند أحمد 10/134.  
(4) سورة البقرة آية رقم (275).  
(5) سورة البقرة آية رقم (188).  
(6) الجامع الصغير 9157.

## أهمية النظام:

الحاجة للنظام والتشريع ضرورة ملحة وذلك للأسباب الآتية:

1. ما ورد في القرآن الكريم: إن الكون وما يشمله يسير وفق نظام في غاية الإعجاز، قال تعالى: ﴿وَأَيَّةٌ لَهُمُ اللَّيْلُ نَسْلَخُ مِنْهُ النَّهَارَ فَإِذَا هُمْ مُظْلِمُونَ﴾ (٣٧) وَالشَّمْسُ تَجْرِي لِمُسْتَقَرٍّ لَهَا ذَلِكَ تَقْدِيرُ الْعَزِيزِ الْعَلِيمِ (٣٨) وَالْقَمَرَ قَدَرْنَاهُ مَنَازِلَ حَتَّىٰ عَادَ كَالْعُرْجُونِ الْقَدِيمِ (٣٩) لَا الشَّمْسُ يَنْبَغِي لَهَا أَنْ تُدْرِكَ الْقَمَرَ وَلَا اللَّيْلُ سَابِقُ النَّهَارِ وَكُلٌّ فِي فَلَكٍ يَسْبَحُونَ (1).
2. استخلاف الإنسان في الأرض هو وسيلة؛ لتحقيق الرسالة والغاية، قال تعالى: ﴿وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ﴾ (2) وهذه الغاية لا تتحقق إلا بنظام يحدد مسار المجتمعات وعلاقاتها ويضبط أوضاعها؛ حتى لا تسود الفوضى وتنتهك الحقوق.
3. لا بد من ضوابط وروادع للنماذج البشرية المنتفعة التي تسلب حقوق الضعفاء؛ لتزداد بها قوة.

## نشاط 2

يعد العيب بالملكات العامة ظاهرة تهدد مصالح الوطن والمواطن؛ ناقش هذه الظاهرة ملقياً الضوء على:

- صور من مظاهر العيب بالملكات التي قد تحدث داخل المدرسة وخارجها، ومبينا أثرها.

موقع بداية التعليمي | beadaya.com

## ما ذا يقصد بالذوق العام:

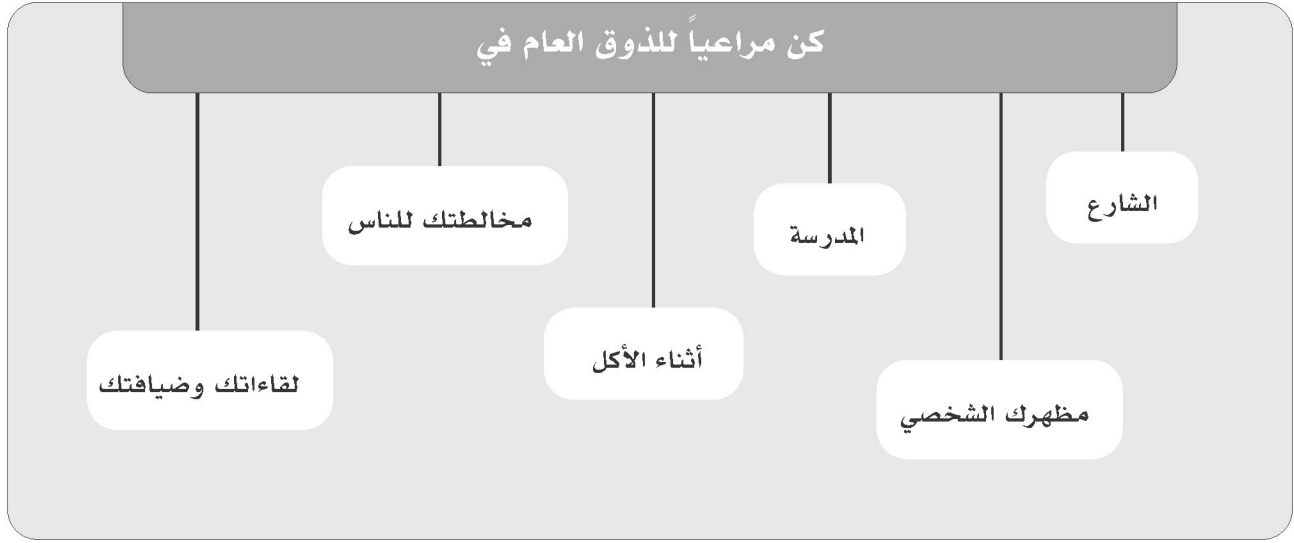
حاسة معنوية تدعو صاحبها إلى مراعاة مشاعر الآخرين وأحوالهم وظروفهم، وله أهمية في كسب تقديرهم، والقرب من نفوسهم، وهو يدل على كمال في العقل، وبعُد في النظر، واعتدال في المزاج، ونباهة في النفس، وشعور اجتماعي محبب. ومن الذوق الذي دعت إليه السنة ما رواه أبو الدرداء رضي الله عنه قال: قال رسول الله ﷺ: (إِنَّكُمْ قَادِمُونَ عَلَىٰ إِخْوَانِكُمْ فَأَحْسِنُوا لِبَاسِكُمْ وَأَصْلِحُوا رِحَالَكُمْ حَتَّىٰ تَكُونُوا كَأَنَّكُمْ شَامَةٌ مِنَ النَّاسِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْفُحْشَ وَالتَّفَحُّشَ) (3).

## فائدة

وللذوق العام مترادفات عدة، منها: اللياقة، اللطف، النباهة، الحكمة، الكياسة، الحنق، الظرافة، الفطنة، الرفق.

(1) سورة يس الآية رقم (37-40).  
(2) سورة الذاريات الآية رقم (56).  
(3) (المستدرک: 5/258).

## التعامل بذوق في مجالات الحياة المختلفة:



## من مظاهر الذوق العام في الحياة الاجتماعية:

1. الاستئذان.
2. القصد في المشي.
3. خفض الصوت.
4. إفشاء السلام.
5. طلاقة الوجه والتبسم.
6. احترام الكبير ورحمة الصغير.
7. عدم الرد على السفية والشاتم.
8. التجميل باللباس اللائق.
9. مناداة الناس بأحب أسمائهم.
10. إكرام الضيف.
11. المصافحة.
12. تسميت العاطس.
13. إجابة الدعوة.
14. عيادة المريض.
15. ألا يتحدث اثنان دون الثالث.
16. عدم إمعان النظر في الناس.
17. المحافظة على نظافة المكان.

### اقرأ

لائحة المحافظة على الذوق العام من اللوائح الحديثة التي صدرت مواكبة للتغيرات الاقتصادية التي حدثت في المملكة العربية السعودية بالإضافة إلى التطلعات الواسعة؛ لجذب المستثمرين الدوليين والسياح في ظل حضور الاهتمام بالهوية الثقافية والخصوصية الاجتماعية، فقد صدرت اللائحة بقرار من مجلس الوزراء رقم 444 عام 1440هـ. للاطلاع على لائحة الذوق العام والعديد من اللوائح قم بزيارة موقع هيئة الخبراء بمجلس الوزراء.



من وجهة نظرك؛ هل هناك مظاهر أخرى للذوق والآداب في العلاقات الاجتماعية؟

### أسباب ضعف الذوق العام في المجتمع:

1. ضعف مستوى التربية الصحيحة عند كثير من الأبناء.
2. ضعف دور المؤسسات التعليمية في التوعية المجتمعية.
3. تضائل دور القدوة الحسنة في المجتمع.
4. ضعف التناصح والاهتمام بتنمية الذوق العام.
5. التأثير السلبي لوسائل التواصل الاجتماعي وما تنشره من رسائل مخالفة للدين وضارة بالأخلاق.
6. المحافظة على نظافة المكان.

بداية  
موقع بداية التعليمي | beadaya.com

### نشاط 3

لاستعمال الطريق آداب وسلوكيات تعدُّ من الذوق العام.  
وضَّح آداب استعمال الطريق بأسلوبك الخاص، معززاً إجابتك بالآيات القرآنية والأحاديث النبوية الشريفة.

### الإجابة في الصفحة التالية

.....  
.....

ذات يوم قال النبي صلى الله عليه وسلم لأصحابه: (إياكم والجلوس بالطرقات. فقالوا: يا رسول الله، مالنا من مجالسنا بد نتحدث فيها، فقال: فإذا أبيتم إلا المجلس، فأعطوا الطريق حقه. قالوا: وما حق الطريق يا رسول الله؟ قال: غض البصر، وكف الأذى، ورد السلام، والأمر بالمعروف، والنهي عن المنكر).  
الطريق مرفق عام، وهو ملك للناس جميعا، ولو اعتبر كل إنسان الطريق جزءا من بيته، لحافظنا عليه.  
ومن آداب الطريق التي يجب على كل مسلم أن يلتزم بها:

غض البصر عن المحرمات: امثالاً لأمر الله تعالى: (قل للمؤمنين يغضوا من أبصارهم ويحفظوا فروجهم ذلك أزكى لهم إن الله خبير بما يصنعون (٣٠)) وقل للمؤمنات يغضضن من ابصارهن ويحفظن فروجهن) النور 30-31.  
السير في جانب الطريق: المسلم يلتزم جانب الطريق عندما يمشي على رجليه؛ حتى لا يتعرض للإصابة بالحوادث من السيارات.

الاعتدال والتواضع في المشي: المسلم يجعل مشيه وسطا بين الإسراع والبطء ولا يمشي بخيلاء أو تكبر، قال تعالى: (واقصد في مشيك) لقمان: ١٩؛ وقال تعالى: (ولا تمش في الأرض مرحا إنك لن تخرق الأرض ولن تبلغ الجبال طولا) الإسراء: ٣٧

الحرص على نظافة الطريق وتجنب رمي القاذورات فيها، وحبذا لو تعاون الجميع على تنظيفها.  
الأدب عند السير مع الكبير: فلا يتقدم عليه، وليستمع إليه إذا تحدث، كما أنه يمشي عن يساره ليكون له أولوية الخروج والدخول وغير ذلك.

عدم رفع الصوت في الطريق: حتى لا يؤذي السائرين، أو تتسرب الأسرار، ويتجنب المزاح غير المقبول مع رفقاء الطريق.

عدم تناول الطعام أثناء السير: فإن ذلك مناف للمروءة.

الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر: أول من بدأ بالخطبة، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "من رأى منكم منكرا فليغيره بيده، فإن لم يستطع فبلسانه، فإن لم يستطع فبقلبه وذلك أضعف الأيمان".

والمسلم يعاون من لا يستطيع عبور الطريق أو السير؛ فيأخذ بيده، وإن كان له سيارة أو وسيلة يركبها فله أن يحمل معه غيره، ويرشد الضال الذي فقد طريقه، ويفض المشاجرات التي يستطيع فضها والاصلاح بين أطرافها.

إمالة الأذى: المسلم يميظ الأذى كالحجارة أو الأسلاك أو الزجاج أو غيرها فيبعده عن الطريق؛ قال صلى الله عليه وسلم: كل سلامى من الناس عليه صدقة، كل يوم تطلع فيه الشمس، يعدل بين الاثنين صدقة، ويعين الرجل على دابته فيحمل عليها، أو يرفع عليها متاعه صدقة، والكلمة الطيبة صدقة، وكل خطوة يخطوها إلى الصلاة صدقة، ويميط الأذى عن الطريق صدقة.

ويتجنب قضاء الحاجة في الطريق، حتى لا يؤذي أحد. ولا يسخر ممن يسير في الطريق ولا يستهزئ بهم. ولا يضيق على المارة، وإنما يفسح لهم الطريق.

رد السلام: قال صلى الله عليه وسلم: لا تدخلوا الجنة حتى تؤمنوا، ولا تؤمنوا حتى تحابوا، أولا أدلكم على شيء إذا فعلتموه تحاببتم؟ أفشوا السلام بينكم.

الالتزام بأداب مرور السيارات؛ فسائق السيارة يلتزم بأداب المرور، ويحترم شرطي المرور، ويلتزم بالإشارات، ولا يستخدم آلة التنبيه بكثرة؛ حتى لا يزعج المرضى، ويلتزم بالسرعة المحددة له في الطريق.

1. ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة فيما يأتي:

- يُجمع علماء الاجتماع على أن الأنظمة أساليب مقننة تنشأ تلقائياً. ( خطأ )
- النظام له خاصية الإيجاب والالتزام. ( صح )
- يعين التناسخ ووجود القدوة الحسنة على شيوع مظاهر الذوق العام. ( صح )
- الشريعة الإسلامية مصدر التشريع في المملكة العربية السعودية. ( صح )

2. علل: النظام ضرورة اجتماعية.

النظام هو عنصر أساسي في بنية المجتمعات، فهو يضمن استقرارها ويوفر بيئة متوازنة تمكن الأفراد من التخطيط لمستقبلهم بثقة وفعالية. يُعزز النظام من التعاون والتناغم بين الناس، مما يرفع من مستوى الإنتاجية ويقلل الفوضى والارتباك. كما يسهم في تحقيق العدالة والمساواة، حيث تُطبق القوانين والأنظمة على الجميع بدون تفرقة، مما يدعم الشعور بالأمان الاجتماعي ويخفض من حدة الصراعات. بكل بساطة، يُعد النظام ركيزة للتقدم والنمو الذي تطمح إليه المجتمعات.

3. اختر الإجابة الصحيحة من الإجابات الآتية:

موقع بداية التعليمي | beadaya.com

• يعد الذوق العام حاسة:

1. مادية

2. بصرية

3. معنوية

4. سمعية

4. صف مشاهد واقعية تعبر عن مظاهر الذوق العام الموضحة في الجدول الآتي:

م	مظاهر الذوق العام	المشاهد الواقعية
1	عدم التدخل في شؤون الآخرين الخاصة.	عدم محاولة الاستماع والتنصت على شخصين يتحدثان في أمر خاص بصوت منخفض.
2	المحافظة على نظافة البيئة.	رمي الأوساخ في سلة المهملات المخصصة لها وعدم رميها في الأماكن العامة والحدائق والطرق.
3	المبادرة بإلقاء تحية السلام.	مبادرة صاحب المتجر لزيائته وعملائه بالسلام بكل ود ولطف دون أن ينتظر سلامهم.
4	اللباس اللائق.	حرص الموظفين في العمل على ارتداء زي رسمي ومناسب لمكانهم احتراماً لذوق الآخرين وبيئة العملاء والزملاء.
5	احترام كبار السن.	التنازل في وسائل النقل العامة عن الكراسي وأماكن الجلوس لكبار السن. موقع beadaya.com

5. قدم ثلاثة مقترحات إيجابية تسهم في تنشيط دور الإعلام في تثقيف أفراد المجتمع، ونشر الوعي بأهمية

الالتزام بالنظام.

تطوير برامج شبكية أو تلفزيونية تفاعلية تركز على أهمية النظام ودور كل شخص في إنشائه والحفاظ عليه، واستضافة خبراء في المجال لتوعية الجماهير.

استغلال قوة وسائل التواصل الاجتماعي المختلفة لتوعية الناس في هذا الخصوص، واستغلال شهرة بعض الناس عليه لتوصيل رسائل معينة متعلقة بالنظام للمتابعين.

تقوية التعاون بين المؤسسات الإعلامية والتعليمية للتمكن من إنتاج محتوى تعليمي ثقافي يعزز الوعي بأهمية النظام.



## الدَّرْسُ الثَّانِي: الوطنية والمواطنة

### أهداف الدرس:

- أن أعرف مفهوم الانتماء الوطني.
- أن أميز بين مفهومي الوطنية والمواطنة.
- أن أوضح العلاقة بين الوطن والمواطن (حقوق وواجبات).
- أن أحدد مستويات تكوين الشعور بالمواطنة.
- أن أبين العلاقة بين القيم الدينية والمواطنة.
- أن أحلل العوامل المساعدة على تنمية حب الوطن.
- أن أشارك في تطبيق مهارات المواطنة الفاعلة.



### مفاهيم الدرس

- الانتماء الوطني (National Belonging)
- الوطنية (Patriotism)
- المواطنة (Citizenship)

يرتبط الإنسان فطرياً بوطنه ويعتز به ويذكر مميزاته في أحاديثه العامة والخاصة ويجسد الانتماء الصادق للوطن وينميه في نفسه وفيمن حوله، ويشيع الخير والمحبة والتألف والترابط في محيطه ومجتمعه، وقد ظهر هذا المعنى جلياً في قول الرسول ﷺ حين أخرجه قومه من وطنه، فخرج مهاجراً والتفت إلى البيت العتيق؛ ليعبر عن حبه لوطنه وحزنه عليه ولوعته على فراقه بقوله: "علمت أنك خير أرض الله، وأحبُّ الأرض إلى الله، ولولا أن أهلك أخرجوني ما خرجت" (1).

### مفاهيم:

- **الانتماء الوطني:** هو انتساب الفرد لوطنه فكراً وسلوكاً، وهو يعبر من خلاله عن حبه له وامتناله للقيم الوطنية، كالاعتزاز والفخر بأمجاد الوطن ورموزه الوطنية، والالتزام بالقوانين والأنظمة السائدة والمحافظة على ثروات الوطن وممتلكاته، والدود عنه وحمايته.

(1) سنن الترمذي: 3925 .

**الوطنية:** تلك العواطف القوية التي يحس بها المواطن نحو وطنه العزيز، وتلك الرابطة الروحية المتينة التي تشده إليه فيضحّي بما يملك تجاه أرضه وأهله.

**المواطنة:** انتماء وموالة للوطن ضمن حدود الشريعة ومكارم الأخلاق، مأخوذة من المفاعلة والمشاركة؛ فهي مجموعة العلاقات المتبادلة بين الفرد والدولة والمجتمع ضمن الحقوق والواجبات.

## نشاط 1



شاهد من خلال رمز الاستجابة السريع المشاريع التي أنجزتها الرؤية الطموحة لوطننا المملكة العربية السعودية بقيادة خادم الحرمين الشريفين الملك سلمان بن عبد العزيز وولي عهده رئيس مجلس الوزراء الأمير محمد بن سلمان، ثم عبر عن مشاعر الانتماء الوطني موضعاً دور هذه المشاريع في تحقيق السعادة على المستوى:

1. الشخصي.

هذه المشاريع نذرت فرص جديدة تسمح للأشخاص بالتطوير الذاتي والمهني، وتساعد على تحقيق الإنجاز والوصول للرضا الذاتي.

2. الأسري.

لهذه المشاريع دور كبير في توفير بيئة آمنة ومستقرة للعائلات، من خلال تحسين الخدمات في مختلف المجالات وتوفير الحاجيات وتسهيل الوصول إليها.

3. المجتمعي.

هذه المشاريع تعزز التكامل والتنوع في المجتمع، وتسهم في تقدمه وتطوره، والوصول لمستويات أعلى من السعادة والرفاهية المجتمعية.

قدّم إضافة جديدة لتوضيح المفاهيم الآتية بالاستناد على مصادر معلومات موثوقة:

المفهوم	الإضافة الجديدة
• الوطنية	هي الشعور بالانتماء والولاء والحب للوطن والأمة التي ينتمي إليها الفرد، والاستعداد للتضحية والدفاع عن مصالحهما وقيمتيهما وسيادتهما، والمشاركة في تنميتهما ورفعتهما شأنهما.
• المواطنة	هي العلاقة بين الفرد والدولة التي يحمل جنسيتها، والتي تنطوي على مجموعة من الحقوق والواجبات المتبادلة. تضمن المواطنة للأفراد حرياتهم وحقوقهم وتفرض عليهم الواجبات والمسؤوليات تجاه دولتهم.

### الفرق بين حقوق وواجبات المواطن:

**الحقوق:** مجموعة من الامتيازات والخدمات التي تُقدّمها الدولة لمواطنيها.  
**الواجبات:** التزام يتكفل به المواطن تجاه دولته ومجتمعه.

واجبات المواطن وحقوق الدولة	واجبات الدولة وحقوق المواطنين
<ul style="list-style-type: none"> <li>• السمع والطاعة لولي الأمر (البيعة).</li> <li>• الإسهام في تنمية الاقتصاد الوطني بالعمل المنتج المتقن.</li> <li>• المحافظة على الممتلكات العامة ومرافق الخدمات.</li> <li>• حماية الوطن من المتآمرين عليه؛ للنيل من استقراره وأمنه.</li> <li>• تلبية نداء الدفاع عن الوطن.</li> <li>• الاعتزاز بالوطن وعدم امتهان كرامته.</li> <li>• التكافل والتآزر بين أفرادهم.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• حماية الإسلام في عقيدته وأخلاقه وتنفيذ تشريعاته وأحكامه.</li> <li>• تحقيق الأمن الداخلي والدفاع الخارجي.</li> <li>• تطبيق العدل والمساواة.</li> <li>• توفير الخدمات العامة للمواطنين.</li> <li>• العناية بالشؤون الاقتصادية وإنعاش الاقتصاد.</li> <li>• تأمين الحريات للمواطنين بأنواعها المختلفة في ضوء تعاليم الإسلام.</li> </ul>

## مستويات تكوين الشعور بالمواطنة:

1. إحساس الفرد باحترامه للروابط التي تربطه بأفراد المجتمع (الدم، الجوار، الموطن، طريقة الحياة من العادات والتقاليد والنظم والقوانين).
2. تقدير الفرد لتاريخ وطنه وجذوره الراسخة على مر العصور، وإحساسه بدوره في حفظ التراث وتحقيق الإنجازات لبناء المستقبل الزاهر لوطنه ومجتمعه.
3. المشاركة والتفاعل الصادق مع مجتمعه ووطنه في المنشط والمكره.
4. السعي لكي يكون الفرد على درجة من الكفاءة (الاقتصادية، السياسية، والاجتماعية) والعمل وفق هذا الشعور لخدمة وطنه.
5. إيمان الفرد بأهمية دوره كمواطن في التأثير في الحياة العامة، ومشاركته في اتخاذ القرارات.

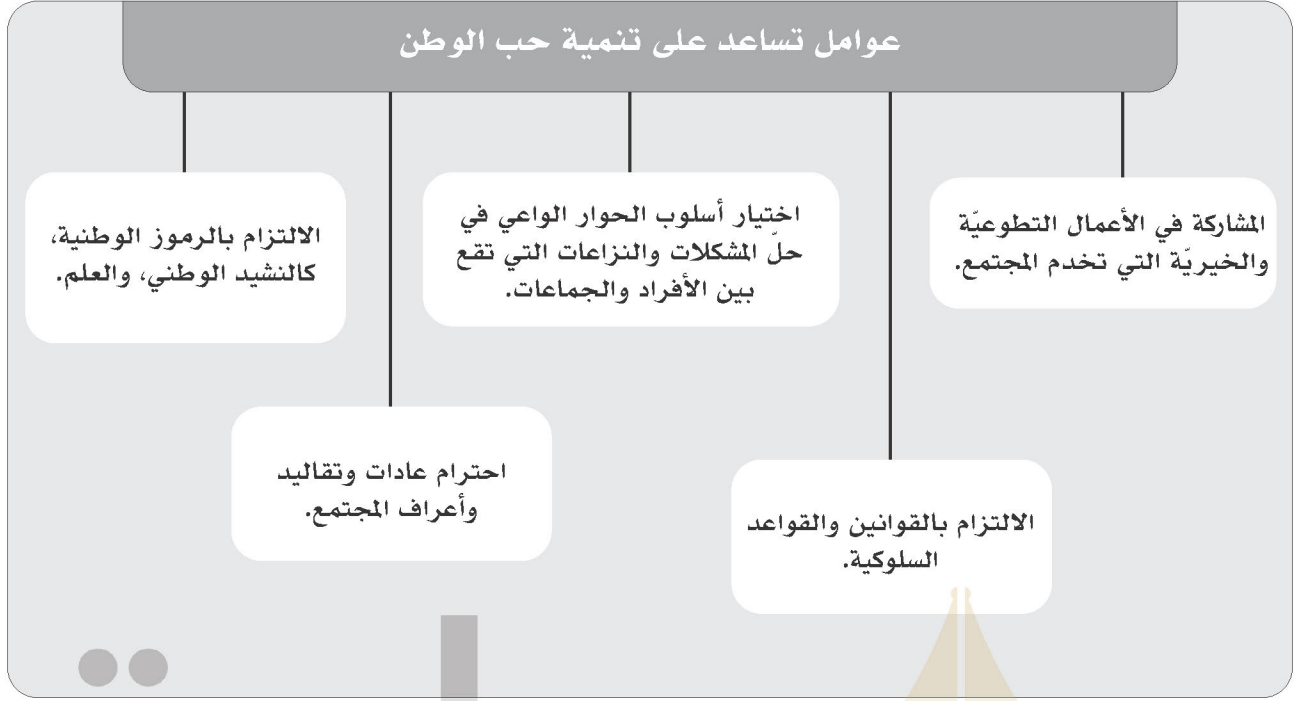


## العلاقة بين القيم الدينية والمواطنة:

المشاعر والأحاسيس والعواطف نحو الوطن أمر فطري في النفوس، لا تتعارض مع القيم الدينية وتعاليم الإسلام، وفي حديث عائشة أم المؤمنين رضي الله عنها قالت: قال رسول الله ﷺ: (اللَّهُمَّ حَبِّبْ إِلَيْنَا الْمَدِينَةَ كَحُبِّنَا مَكَّةَ، أَوْ أَشَدَّ) (1).

(1) صحيح البخاري 3926.

## عوامل مساعدة على تنمية حب الوطن:



### نشاط 3

مشروع (سلام للتواصل الحضاري) من المشروعات الوطنية الرائدة التي تهدف؛ لبناء وإيصال صورة حقيقية عن المملكة من خلال تقديم منتجاتها الحضارية في التعايش والتنوع وبناء السلام العالمي. تصفح موقع المشروع عبر الرابط؛ ثم وضح كيف يمكنك الاستفادة من البرامج المتوفرة؟



الالتحاق بالبرامج والدورات التدريبية التي يقيمها المشروع والتي يمكن الالتحاق بها عبر موقع المشروع مثل برنامج تأهيل القيادات الشبابية وبرنامج دراعية للتوعية الثقافية وغيرها، وكذلك متابعة الفعاليات وورش العمل التي ينظمها المشروع للاستفادة منها في تطوير معارف ومهاراتي واستخدام الموارد والإصدارات التي يوفرها الموقع لتعزيز فكرة التعايش والتنوع الثقافي.

### مهارات تساعد على تحقيق سلوك المواطنة الفاعلة:

- تنمية مهارة المسؤولية الشخصية.
- تنمية مهارة المسؤولية الاجتماعية.
- تنمية مهارة المسؤولية تجاه الوطن.

تعمل المملكة على خلق فرص عمل مناسبة للمواطنين عبر دعم ريادة الأعمال، وبرامج الخصخصة، والاستثمار في الصناعات الجديدة، ومساعدة رواد الأعمال على النجاح عبر وضع أنظمة ولوائح أفضل، وتمويل أكثر يسراً، وشراكات دولية أكثر، وحصّة أكبر للشركات المحلية من المشتريات والمنافسات الحكومية، ودعم الأسر المنتجة التي أناحت لها وسائل التواصل الحديثة فرصاً تسويقية واسعة من خلال تسهيل فرص؛ لتمويل المشروعات المتناهية الصغر.

#### نشاط 4

تباهى بوطنك بالتقاط صور جميلة معبرة؛ لعالم المملكة العربية السعودية مستخدماً التصوير الفوتوغرافي، ثم أضفها إلى ملف أعمالك.



## نشاط 5

بالرجوع إلى مصادر المعرفة الموثوقة، اكتب مقالاً قصيراً في أحد الموضوعات الآتية ملتزماً

بحقوق الملكية الفكرية:

- وطني وطن التوحيد والمجد.
- ثروات بلادي.

يوم العلم السعودي، الذي يحتفى به سنوياً في 11 مارس، يُعد تكريماً لراية المملكة ورمزيتها الغنية في النسيج الثقافي والتاريخي للسعودية. هذا اليوم يمثل لحظة فارقة في تاريخ الدولة، حيث تم فيه اعتماد العلم السعودي بتصميمه الحالي على يد المؤسس الملك عبد العزيز آل سعود في العام 1937، ويُذكر كتجسيد لقيم الوحدة والعدالة والعزة. العلم، بألوانه ورموزه، يختزل معاني الإسلام والسلام، إذ يحمل في طياته شهادة التوحيد، معبراً عن الصلابة والحكمة من خلال رمز السيف. تم اختيار هذا التاريخ للاحتفال بيوم العلم السعودي كجزء لا يتجزأ من الأحداث الوطنية المهمة في المملكة، بقرار ملكي من الملك سلمان بن عبد العزيز في عام 2023. يأتي الاحتفال بيوم العلم السعودي كتأكيد على القيم التي يحملها العلم الوطني، ممتداً عبر مسيرة الدولة السعودية منذ نشأتها. إن العلم السعودي، بما يحمله من شهادة التوحيد في قلبه، يرمز إلى الرسالة الإسلامية السامية التي تدعو إلى السلام والتعايش.

# بداية

## إثراء

الاستراتيجية الوطنية للملكية الفكرية أطلق صاحب السمو الملكي الأمير محمد بن سلمان بن عبد العزيز آل سعود، ولي العهد رئيس مجلس الوزراء رئيس مجلس الشؤون الاقتصادية والتنمية، الاستراتيجية الوطنية للملكية الفكرية، التي تعد إحدى إمكانات تحقيق مستهدفات رؤية المملكة 2030، والهادفة إلى بناء منظومة للملكية الفكرية تدعم الاقتصاد القائم على الابتكار والإبداع من خلال إنشاء سلسلة قيمة للملكية الفكرية تحفز تنافسية الابتكار والإبداع وتدعم النمو الاقتصادي لتصبح المملكة رائدة في مجال الملكية الفكرية. لمزيد من المعلومات اطلع على موقع الهيئة السعودية للملكية الفكرية.



1. اكتب خمس عبارات من إنشائك تعبر عن مفهوم الوطنية.

الوطنية تعني الحب والولاء والانتماء للوطن والأمة والتضحية في سبيل الدفاع عنها.  
الوطنية تعني الالتزام بالقيم والمبادئ التي تحكم الوطن والأمة.

الوطنية يعني الشعور بالفخر والاعتزاز بالتاريخ العريق والثقافة المجيدة والتراث الحضاري الذي يمتاز به الوطن والأمة.  
الوطنية تعني الاتحاد والتكاتف والتضامن بين أفراد الوطن والأمة للنهوض بها ومواجهة التحديات والصعوبات.  
الوطنية هي الاهتمام والمشاركة بالقضايا والمصالح التي تهتم الوطن والأمة والتعبير عن الرأي والموقف بحرية ومسؤولية.

2. ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة فيما يأتي:

- يوافق اليوم الوطني للمملكة العربية السعودية يوم 23 من شهر سبتمبر. (✓)
- الوطنية أوسع مفهوماً من المواطنة. (✓)
- البيعة تمثل عهداً بين المواطنين وحكامهم. (✓)

3. كيف تُسهم الأسرة السعودية في تعزيز الانتماء للوطن، وتنمية سلوك المواطن الصالح في أبنائها؟

الأسرة السعودية هي البيئة الأولى التي يتلقى فيها الأبناء تربية وتعليماً على القيم والمبادئ الإسلامية والوطنية، وهي المسؤولة عن تشكيل شخصيتهم وهويتهم وانتمائهم وذلك من خلال الآتي: \*تربية الأبناء على حب الله ورسوله والتمسك بالعقيدة الصحيحة. \* تربية الأبناء على حب الوطن والولاء والانتماء له، والعمل من أجل رقيه وتقدمه، والدفاع عنه ضد كل معتد عليه، والحفاظ على مكتسباته ومصالحه وسيادته وأمنه واستقراره. \* تربية الأبناء على الوحدة والتكاتف والتعاون والتضامن بين أفراد الوطن والأمة، والابتعاد عن كل ما يفرق ويفسد ويضر، مثل التعصب والتطرف والإرهاب والفساد والمفاسد، والتصدي للتدخلات والتهديدات الخارجية والداخلية.

4. يعد العلم والنشيد الوطني من الرموز المميزة في نفوس المواطنين، تحدث عن شعورك تجاه هذين الرمزين.

إن شعوري تجاه العلم والنشيد الوطني هو شعور عميق بالانتماء والولاء لوطني الغالي وأمتي العظيمة، وبالفخر والاعتزاز بقيادتي الحكيمة وشعبي الشهم وتاريخي العريق وثقافتني الراقية. فالعلم والنشيد الوطني هما رمزان للهوية والسيادة والمجد والرفعة للمملكة العربية السعودية، وللإسلام والتوحيد والعدل والتنمية. وكلما نظرت إلى العلم أو استمعت إلى النشيد، أشعر بالحماس والتفاؤل والثقة والمسؤولية، وأسأل الله أن يحمي وطني وينصره ويعليه.



## الدرس الثالث: المسؤولية الاجتماعية.

### أهداف الدرس:

- أن أعرف مفهوم المسؤولية.
- أن أعرف مفهوم السلوك المسؤول.
- أن أحلل شروط تحقق المسؤولية والمواظبة على العمل.
- أن أوضح معنى المسؤولية في علم الاجتماع.
- أن أوضح معنى المسؤولية في علم النفس.
- أن أشرح معنى المسؤولية المجتمعية في ضوء رؤية المملكة 2030.
- أن أبين علاقة المسؤولية باتخاذ القرار والمواطنة.
- أن أحدد العلاقة بين المسؤولية والاعتماد على النفس والثقة بها.

بداية  
موقع بداية التعليمي | beadaya.com

### مفاهيم الدرس

- المسؤولية (Responsibility)
- السلوك المسؤول (Responsible Behaviour)

كرم الله الإنسان بالعقل وهو إدراك القلب وتمييزه كما قال تعالى: ﴿أَفَلَمْ يَسِيرُوا فِي الْأَرْضِ فَتَكُونَ لَهُمْ قُلُوبٌ يَعْقِلُونَ بِهَا أَوْ آذَانٌ يَسْمَعُونَ بِهَا فَإِنَّهَا لَا تَعْمَى الْأَبْصَارُ وَلَكِنْ تَعْمَى الْقُلُوبُ الَّتِي فِي الصُّدُورِ﴾ (1).

وميزه به عن سائر المخلوقات؛ حتى يتمكن من التمييز بين الخير والشر، عن النعمان بن بشير رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: (ألا وإن في الجسد مضغة: إذا صلحت صلح الجسد كله) (2). إن التمتع بالعقل والشعور بالواجب وإدراك الإنسان ذلك إدراكاً كاملاً يدفعه؛ للقيام بمسؤولياته على خير وجه وتحمل نتائجها ﴿وَقَفُّوهُمْ إِنَّهُمْ مَسْئُولُونَ﴾ (3).

(1) سورة الحج الآية رقم (46) .

(2) صحيح البخاري: 52 .

(3) سورة الصافات الآية رقم (24).

## نشاط 1

وقف المتهم يدافع عن براءته أمام المحكمة قائلاً: إنه وُلِدَ باستعدادات تدفعه للشر، وأنه ما دام لم يستطع خلاف ما فعل فلا ينبغي أن يُعَدَّ مسؤولاً. فأجابه القاضي متهمًا: إن السبب الذي ذكرته نفسه يبرر سلوكي تجاهك كمتهم؛ فأنا لا أستطيع أن أفعل شيئاً غير إدانتك، فأنا -بصفتي قاضيًا- مجبر على ذلك العمل تطبيقًا للقوانين الموجودة.

- ما رأيك بدفاع المتهم عن نفسه؟

دفاع المتهم عن نفسه ضعيف وغير مقنع، فهو يحاول تبرير جريمته بالاستسلام للشر والميل الطبيعي، وينكر مسؤوليته عن اختياره وفعله. هذا الدفاع يعتمد على مبدأ الحتمية البيولوجية أو النفسية أو الاجتماعية، وهو مبدأ مرفوض ومنكر من قبل الدين والعقل والفطرة، فالإنسان مخلوق حر مسؤول عن أفعاله، وله القدرة على التمييز بين الخير والشر، والتحكم في نزعاته وميله، والالتزام بالأخلاق والقيم والقوانين.

- هل حكم القاضي حكمًا عادلًا؟ ولماذا؟

حكم القاضي حكمًا عادلًا ومنطقيًا، فهو يرد على المتهم بما يستحقه من سخرية وعتاب، ويبين له أن دفاعه لا ينفعه ولا ينقذه من العقاب. القاضي يعتمد على مبدأ العدل والمساواة والمسؤولية، فالإنسان مخلوق عاقل محاسب على أفعاله، ويلتزم القاضي بالقوانين الموجودة في إصدار حكمه.

موقع بداية التعليمي | beadaya.com

## تعريف المسؤولية:

إقرار المرء بما يصدر عنه من أفعال وأقوال، واستعداده العقلي والنفسي؛ لتحمل ما يترتب على أقواله وأفعاله من نتائج.

## تعريف السلوك المسؤول:

الالتزام بأداء تكاليف نحو العمل المطلوب وفي الوقت المحدد.

## ما معنى أن أكون مسؤولاً؟

- أن أكون ملتزمًا في أداء عملي وواجبي.
- أن ألتزم بكل ما يصدر عني من قول أو عمل.
- أن أختار ما يناسبني دون إضرار بالآخرين.
- أن أجعل لكل سلوك أو تصرف معيارًا أحتكم إليه؛ ليتوافق سلوكي مع سلوك أفراد مجتمعي.
- أن أتحمّل تبعات ما اتخذته من إجراءات في العمل.

## المسؤولية في علم الاجتماع:

من الضروري أن يكون مسلك الفرد وفق أصول وقواعد المجتمع، وعهود الأفراد المتبادلة والمواثيق. وتتحقق بأعلى درجاتها حينما (يشارك الإنسان في مصير الإنسانية)، يقول (برومان): «لا يوجد هروب إلى العزلة فسلوكنا له تأثير على المعيار العالمي، وسلوك الآخرين أحياناً يكون له تأثير علينا».

### فائدة

تهدف برامج المسؤولية المجتمعية إلى:

- تحقيق التواصل، والتفاعل، والتماسك المجتمعي بين أفراد المجتمع ومؤسساته.
- تشجيع المؤسسات لتحقيق التوازن بين الربح المادي وخدمة المجتمع وسلامة البيئة.
- التسويق الاجتماعي لمشاريع وبرامج المسؤولية المجتمعية التي توائم بين الرفاه المجتمعي والعمل المؤسسي.

## المسؤولية في علم النفس:

النظرية السلوكية: تهتم بتحديد العمر الزمني والعمر العقلي، الذي يكون فيه الفرد مسؤولاً عن أفعاله، وتركز على ثلاثة أساليب؛ لتشكيل السلوك المسؤول:

قدوة

عقاب

ثواب

موقع بداية التعليمي | beadaya.com

### نشاط 2

وجدت إحدى الشركات أنها أخطأت في أحد الإعلانات عن أحد الأجهزة الكهربائية، حيث أعلنت أن الجهاز رخيص السعر واستخداماته كثيرة، وعند عرضه بالأسواق تبين أن سعره أعلى بكثير من السعر المستحق المعلن عنه واستخداماته محدودة جداً. ما المسؤولية التي تقع على عاتق الشركة في هذا الموقف تجاه كل من:

- الوكيل المعتمد لهذا الجهاز:

مراجعة العقود وتعديل المواصفات الخاصة بالمنتج والاعتذار للجميع عن الخطأ الذي حصل.

• المشتري:

تعويضه عن الخسائر التي تكبدها إما بتزويده بجهاز يلبي الاحتياجات التي كان يطمح إليها، أو رد نقوده إليه.

## المسؤولية المجتمعية في رؤية المملكة 2030:



جاءت رؤية المملكة 2030 لتؤكد أهمية المسؤولية المجتمعية، حيث تعتمد الرؤية على ثلاث محاور أساسية وهي المجتمع الحيوي والاقتصاد المزدهر والوطن الطموح، وكل محور من هذه المحاور تضمن عدداً من الالتزامات والأهداف التي تمثل نموذجاً للمسؤولية المجتمعية التي تهدف إلى تحقيق التنمية المستدامة، وذلك عن طريق استغلال الموارد المتاحة والثروات الهائلة التي حباها الله لهذه البلاد بشكل أكثر كفاءة وفاعلية واستدامة -بإذن الله- من خلال تحقيق المواطنة

المسؤولة، والحكومة الفاعلة، والاستغلال الأمثل للموارد وخلق بيئة تنافسية جاذبة، وفرص مثمرة على أساس متين من القيم الراسخة. إن المسؤولية المجتمعية ليست برنامجاً إنسانياً أو اجتماعياً، وإنما هو منهج إداري يقوم على اعتبار المسؤولية المجتمعية جزءاً أساسياً وملموساً في استراتيجية أي مؤسسة، وأهدافها الاقتصادية، حيث أن السلوك المسؤول الملتزم؛ ينتج عنه نجاح عملي مستدام.

### نشاط 3

ما مسؤوليتك تجاه الحي الذي تسكن فيه وفق مفهوم رؤية المملكة 2030 للمجتمع الحيوي؟  
مع التوضيح بالأمثلة.

وفق رؤية المملكة 2030، يكون لكل فرد دور فعال في تحقيق هذه الرؤية من خلال مسؤوليته تجاه الحي الذي يسكن فيه. هذه المسؤولية تتجسد في عدة جوانب:

المشاركة في الأنشطة المجتمعية المحلية والفعاليات الثقافية والترفيهية.  
المحافظة على البيئة المحلية والمشاركة في المبادرات التي تقام في هذا الشأن.  
دعم الاقتصاد المحلي من خلال التسوق من المتاجر المحلية ودعم الصناعات الصغيرة والناشئة في الحي.  
بناء علاقات اجتماعية مع باقي أفراد الحي واحترام الثقافات المختلفة والآراء المتعددة التي فيه.

### شروط تحقق المسؤولية:

- القدرة على التمييز بين الخير والشر.
- العلم بالعواقب.
- النية والقصد من العمل.
- الإرادة والاختيار.

## منصة إحسان



جاءت منظومة إحسان الصادرة بالأمر السامي رقم (48019) وتاريخه (13/08/1441هـ) لتعمل على استثمار البيانات والذكاء الاصطناعي لتعظيم أثر المشاريع والخدمات التنموية واستدامتها، من خلال تقديم الحلول التقنية المتقدمة وبناء منظومة فاعلة عبر الشراكات مع القطاعات الحكومية والخاصة وغير الربحية، بهدف تعزيز دور المملكة العربية السعودية الريادي في الأعمال التنموية والخيرية، ورفع مساهمة القطاع غير الربحي في إجمالي الناتج المحلي. من خلال الرابط تعرف على دور المسؤولية الاجتماعية في منصة إحسان.

## المسؤولية وعلاقتها بكل من:

المواطنة	اتخاذ القرار
تحمّل المسؤولية من أهم خصال المواطنة. فالمواطنة التزام، والالتزام مسؤولية، والمسؤولية هي وعي الذات الذي تنتمي إليه، وذلك هو أحد أهداف المواطنة.	إذا أصبح الإنسان مسؤولاً مسؤولاً كاملة عن القيام بأفعاله فقد بات أقدر على اتخاذ القرار بشأن الواجبات الموكلة إليه مثال: (الوالد تجاه أبنائه). وعندما يكون الإنسان قادراً على اتخاذ القرار فهو حينئذ مسؤول عن تحمل تبعات هذا القرار.

تحمّل المسؤولية هو ذلك الجسر الذي تعبر به النفس تجاه الثقة والذاتية والإيجابية والمواطنة الصالحة.

## تذكر

## المسؤولية وعلاقتها بالاعتماد على النفس والثقة والمواطنة الصالحة:

الأفراد الذين يفتقرون إلى معرفة ذاتهم، والاعتماد على قدراتهم هم أولئك الذين يتهربون من المسؤولية بالانزواء والتطرف، ويعيشون في عزلة عن المجتمع.

## نشاط 4

كلف معلم المهارات الحياتية مجموعة من الطلاب في المدرسة الثانوية؛ بزيارة لدار الأيتام تحقيقاً لأهداف المسؤولية الاجتماعية. من منطلق هذا الموقف ناقش الأثر الاجتماعي المستخلص من هذه الزيارة.

زيارة طلاب المدرسة الثانوية لدار الأيتام تعزز الوعي الاجتماعي وتنمي التعاطف لديهم. تساعد في تطوير مهارات التواصل والعمل الجماعي، وتحفز الطلاب على المشاركة المستمرة في الأنشطة المجتمعية. هذه التجربة تعلم الشباب قيمة الانتماء المجتمعي وأهمية تقديم الدعم للأفراد الأقل حظاً، مما يساهم في بناء مجتمع أكثر تضامناً وتفاهماً.

1. ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة، وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة، مع تصويب الخطأ:
  - يربط علماء الاجتماع بين العمر الزمني والعمر العقلي؛ لتكوين المسؤولية الفردية عن السلوك. (✓)
  - النظرية السلوكية تركز على أسلوبين؛ لتشكيل السلوك المسؤول هما: الثواب والعقاب. (✓)

2. حدد نمط الشخصية المتوقعة لشخص تمارس عليه أنماط السلوك الآتية:

نمط الشخصية			السلوك
تابع	متمردة	مستقلة	
✓			• مساءلة مستمرة وتوبيخ
	✓		• تمييز بالمعاملة
		✓	• حب معتدل ومحاسبة

3. فسر معنى العبارة الآتية: "يوجد علاقة بين المسؤولية والثقة بالنفس"؟

تشير إلى أن تحمل المسؤولية والشعور بالثقة في الذات مترابطان ويؤثران بشكل إيجابي على بعضهما البعض. عندما يتحمل الشخص المسؤولية، سواء في العمل أو في الحياة الشخصية، فإن هذا يساعد على بناء وتقوية الثقة بالنفس. تحمل المسؤولية يعني أن الشخص قادر على اتخاذ القرارات والتعامل مع العواقب، مما يزيد من شعوره بالقدرة والاعتماد على النفس. من ناحية أخرى، الثقة بالنفس تعزز القدرة على تحمل المسؤولية. عندما يشعر الشخص بالثقة في قدراته، يكون أكثر استعدادًا لتحمل المهام والتحديات الجديدة والتعامل معها بكفاءة. بهذه الطريقة، تتكامل المسؤولية والثقة بالنفس لتشكل دورة إيجابية تسهم في النمو الشخصي والمهني.

4. حدد نوع المسؤولية الاجتماعية المناطة بك في حدود محيطك المجتمعي:

توفير الدعم العاطفي والرعاية لأفراد الأسرة، والمشاركة في تنمية بيئة أسرية صحية ومحبة.	الأسري
المشاركة الفعالة في الأنشطة التعليمية، احترام القوانين واللوائح المدرسية، والمساهمة في خلق بيئة تعليمية إيجابية.	المدرسي
الالتزام بواجباتي تجاه وطني، والمحافظة على أمنه واستقراره وسيادته ومصالحه، والمشاركة في تنميته ورفعته وتقديمه	الوطني
الوعي بالقضايا العالمية، المشاركة في الجهود الرامية للحفاظ على البيئة، وتعزيز التفاهم والسلام بين الشعوب.	العالمي



## الدرس الرابع: التكيف مع الأزمات الاجتماعية

### أهداف الدرس:

- أن أعرف مفهوم الأزمة.
- أن أوضح مفهوم الأزمة الاجتماعية.
- أن أحدد صفات الأزمة.
- أن أحلل أنواع الأزمات من حيث التأثير على المجتمع.
- أن أبين طرق التعامل مع الأزمات.
- أن أعد خطوات الأسلوب العلمي والمنهج المتكامل لمواجهة الأزمات.

### مفاهيم الدرس

- الأزمة (Crisis)
- الأزمة الاجتماعية (Social Crisis)

الأزمات بأنواعها المختلفة كالاقتصادية أو الاجتماعية أو الإدارية أو البيئية (الطبيعية) ونحوها ، قديمة قدم التاريخ، وهي جزء من نسيج الحياة الإنسانية، في أي مجتمع وسمة من سمات الحياة المعاصرة، وفي عصرنا الحالي ازداد تأثير هذه الأزمات وخطورتها، فهناك العديد من الأزمات التي تواجه المجتمع إما بصفة دورية أو بصفة عشوائية ، وبالنظر إلى هذه الأزمات نجد إنها قد تسببت في الماضي في خسائر وأضرار كثيرة للفرد والمجتمع سواء من الناحية الاجتماعية أو الصحية أو السياسية أو الاقتصادية وكذلك الإدارية وغيرها. تعد الأزمات أمراً غير محبب للنفس، وذلك لأنها تشعرنا بعدم الاستقرار والتغيير المفاجئ، محدثة الشعور بالارتباك والقلق، وربما اتخاذ القرارات الارتجالية والمتسارعة غير المدروسة التي تزيد الأمر سوءاً.

### تعريف الأزمة:

الأزمة حالة توتر تنتج عن موقف طارئ ونقطة تحول في حياة الفرد والجماعة والمجتمع، وتتطلب قراراً ينتج عنه مواقف جديدة، تؤثر على مختلف الكيانات ذات العلاقة.

### تعريف الأزمة الاجتماعية:

موقف طارئ يتعرض له الأفراد أو المجتمعات ويكون له تأثير على أفعالهم وعاداتهم، ويعيق أداءهم الاجتماعي.

الأزمة لحظة حرجة وحاسمة، تتعلق بمصير أي كيان يصاب بها، وتمثل صعوبة حادة أمام متخذ القرار.

### الأزمة هي حدث يتصف بالآتي:

- وقوع الحدث فجأة دون توقع.
- إحداث خسائر مالية، أو مادية أو بشرية أو نفسية.
- التسبب في خلق مشكلات جديدة.
- قلة المعلومات (الغموض).
- فقدان السيطرة.
- التصاعد والتسارع في الأحداث.

### نشاط 1

للأزمة جوانب سلبية وأخرى إيجابية. بالتعاون مع مجموعتك، دون ثلاثة جوانب إيجابية وثلاثة جوانب سلبية.

م	الجوانب الإيجابية	الجوانب السلبية
1	تسبب الأزمات ضغطاً نفسياً كبيراً وقلقاً.	تعزز الأزمات من روح التعاون بين الأفراد.
2	يمكن أن تؤثر سلباً على الصحة الجسدية والعقلية.	توفر فرصة لإعادة النظر في النظم والسياسات والمعايير.
3	قد تكون الأزمة فرصة للتلاعب والاستغلال والفساد.	تشجع الأزمات على تطوير المهارات والتفكير خارج الصندوق لإيجاد الحلول.

### أنواع الأزمات من حيث التأثير على المجتمع:

1. **أزمات محدودة التأثير:** وهي أزمة وليدة ظروفها، تحدث عادة دون أن تترك بصمات أو معالم واضحة على المجتمع الذي حدث فيه.
2. **أزمات جوهرية التأثير:** وهذا النوع يختلف اختلافاً كاملاً عن النوع الأول من حيث اتصاله ببناء المجتمع وأداء هذا البناء بالشكل الذي يضع قيوداً محدداً على حركته.

**تذكر** أن جميع الأنظمة لا تنجو من تأثير الأزمات.

## نشاط 2

هناك أنواع كثيرة للأزمات منها الاقتصادية والبيئية والثقافية... وغيرها، هات مثالاً على أحد هذه الأنواع، مبيناً مدى تأثيرها على المجتمع؟

نوع الأزمة	مثال	تأثيرها على المجتمع
محدودة التأثير	انقطاع الكهرباء المحلي لمدة قصيرة	تأثيرها يكون محدوداً وموقتاً، مثل إزعاج موقت لد السكان والتأثير بشكل محدود على الأعمال التجارية.
جوهرية التأثير	الأزمات الاقتصادية العالمية	يكون لها تأثير كبير على العالم أجمع، مثل انهيار الأسواق المالية، وزيادة معدلات البطالة، وتقلص النمو الاقتصادي، وزيادة ديون الدولة إلى جانب التأثير النفسي والاجتماعي.

## طرق التعامل مع الأزمات:

**فائدة**  
يمثل أسلوب التعامل مع الأزمة أهم العوامل المؤثرة في تطور الأزمة أو القضاء عليها.

1. **طريقة فريق العمل:** هي أكثر الطرق شيوعاً واستخداماً للتعامل مع الأزمات حيث يُشكّل فريق من خبراء متنوعين التخصصات في مجالات مختلفة، ومتأثرة بالأزمة بهدف تقييم كل عنصر من عناصر الأزمة من كافة الجوانب، ومن ثم تحديد آلية التعامل معها، وصولاً إلى حلها بالشكل العلمي السليم.

2. **طريقة الاحتياطي:** تقوم هذه الطريقة على أساس تحديد المناطق الضعيفة التي يمكن لعوامل الأزمات اختراقها، ومن ثم إعداد احتياطي وقائي يمثل حاجزاً إضافياً وقائياً لمواجهة أي اختراق للمناطق والحوافز المحددة.
3. **طريقة المشاركة المجتمعية:** وتقوم هذه الطريقة على الإفصاح عن وجود الأزمة، وعن مداها وعن خطورتها، وعن الخطوات التي اتخذت في سبيل التعامل معها، وتحديد المطلوب لنجاح خطة المواجهة بمشاركة الجميع.
4. **طريقة الاحتواء:** تعتمد هذه الطريقة على محاصرة الأزمة، أو حصرها في نطاق محدود وتجميدها أو تحويل مسارها.

## فائدة

المساندة الاجتماعية تعني إن علاقاتنا مع الآخرين توفر لنا وسائل مهمة في مواجهة مستويات الضغوط والأزمات كافة. فالمساندة الاجتماعية لها دوران رئيسان في تأمين الحماية النفسية والاجتماعية من خلال شبكة العلاقات التي نمتلكها مع الآخرين، ومن خلال مواجهة أحداث الحياة وأزماتها المتلاحقة بشكل إيجابي وبفاعلية.

## خطوات الأسلوب العلمي والمنهج المتكامل لمواجهة الأزمات

تقدير الموقف والدراسات الميدانية لأبعاد الأزمة.

تحليل الموقف والدراسات التحليلية للأزمة.

التخطيط العلمي والمتكامل للتعامل مع الأزمة.

التدخل الفعلي لمعالجة الأزمة.

## الارتداد أو الارتجاع للأزمة:

قد تعود الأزمة للظهور مرة أخرى بعد انحسارها، أو انتهائها بشدة وبطرق جديدة نوعاً ما، وقد تكون أشد من السابق، لكن ما يميز مرحلة المواجهة الثانية أن المجتمع أصبح يمتلك بعض المعلومات المفيدة عنها، وعن طرق التعامل معها، مما يقلل خسائرها المحتملة.

### فائدة

الاعتراف بالأزمة يعد أول مرحلة من مراحل علاجها، بينما إنكارها أو تجاهلها يزيد من تفاقمها.

## إثراء

### فيروس كورونا كوفيد (COVID 19)

شهد نهاية عام 2019م تفشي فيروس كورونا (COVID 19) المستجد في الصين، ثم بدأت الجائحة بالانتشار في جميع دول العالم تقريباً، والمملكة العربية السعودية ممثلة بقيادتها الحكيمة، أدركت أنه لا بد لها من أن تتجاوز جميع الحدود التقليدية، لكي تقوم بمواجهة هذه الأزمة على أكمل وجه، والاستعداد لتبعاتها؛ لأنها ليست مجرد عارض صحي عالمي قوي وحسب، بل هي جملة عوارض اجتماعية، واقتصادية، وسياسية، وثقافية، ودينية. ناهيك عن انعكاساتها على البيئة وعلى الجوانب النفسية والسلوكية للناس، وعلى التعليم، وعلى سائر أوجه الحياة المدنية.



1. قارن بين كلٍّ من:

الأزمة الاقتصادية والأزمة الصحية من حيث أوجه الشبه والاختلاف بينهما؟

نوع الأزمة	الأزمة الصحية	الأزمة الاقتصادية
• أوجه الشبه	تأثير واسع النطاق، تتطلب تدخل حكومي، وتسبب ضغطاً على الموارد	
• أوجه الاختلاف	تتعلق بالمشكلات الصحية تحتاج لندابير وعلاجات طبية	تتعلق بالمشكلات المالية تحتاج لسياسات مالية

2. عدد بعض الأزمات العالمية، واذكر كيف تم التعامل معها؛ لتقليل أثارها؟ واكتب مقترحاتك حولها لو كنت مسؤولاً.

**جائحة كورونا**، تم فيها فرض الحجر الصحي والتباعد الاجتماعي إلى جانب تطوير اللقاحات ودعم الأنظمة الصحية، وكنت سأقترح تعزيز التعاون الدولي لتبادل المعلومات والخبرات وتحسين حالة الاستعداد لمواجهة الأوبئة.

**الأزمة المالية العالمية لعام 2008**، تم فيها تديم حوافز اقتصادية وإنقاذ البنوك، وتديل السياسات المالية، وكنت سأقترح تشديد الرقابة على الأسواق المالية وتعزيز الشفافية ودعم الاقتصادات الصغيرة.

3. اربط كل عبارة في المجموعة (أ) بما يناسبها في المجموعة (ب):

مجموعة (ب)	مجموعة (أ)
أزمة سياسية.	عدم كفاية الخدمات لمنطقة ما.
أزمة اقتصادية.	قلة الوعي بالضوابط الصحية.
أزمة صحية.	هبوط الأسهم العالمية.
أزمة إدارية.	انتشار العلب البلاستيكية في الحدائق العامة.
أزمة بيئية.	هجرة أفراد من موطنهم الأصلي إلى بلد آخر.
أزمة اجتماعية.	
أزمة أسرية.	

4. باستخدام خطوات الأسلوب العلمي والمنهج المتكامل في التعامل مع الأزمات، حدد أزمة اجتماعية قد تحدث

خلال الأعوام القادمة في العالم. وقدم حلولاً؛ لتفاديها أو التقليل من أثارها.

في الصفحة التالية

## الأزمة المتوقعة: تغير المناخ

### تقدير الموقف والدراسات الميدانية لأبعاد الأزمة:

جمع البيانات والمعلومات حول الانبعاثات الحالية، التغيرات في درجات الحرارة، والتأثيرات المناخية على الأنظمة البيئية .

فحص الأثر المباشر وغير المباشر لتغير المناخ على المجتمعات البشرية والبيئات الطبيعية .

### تحليل الموقف والدراسات التحليلية للأزمة:

تحليل البيانات لفهم الأسباب الجذرية لتغير المناخ، مثل الاعتماد على الوقود الأحفوري وأنماط الاستهلاك .

تقييم الآثار المستقبلية المحتملة لتغير المناخ على مختلف الجوانب مثل الزراعة، المياه، والصحة العامة .

### التخطيط العلمي والمتكامل للتعامل مع الأزمة:

تطوير استراتيجيات لخفض الانبعاثات، مثل التحول نحو الطاقة المتجددة وتعزيز كفاءة الطاقة .  
إعداد خطط للتكيف مع التغيرات المناخية، مثل تحسين إدارة الموارد المائية وتعزيز قدرة البنية التحتية على مواجهة الظواهر الجوية القسوى .

### التدخل الفعلي لمعالجة الأزمة :

تنفيذ السياسات والبرامج الرامية لتقليل الانبعاثات الغازية وتعزيز التكيف مع التغير المناخي .  
تشجيع المشاركة المجتمعية والتعاون الدولي لتحقيق أهداف خفض الانبعاثات والتكيف مع التغيرات المناخية .

من خلال تطبيق هذه الخطوات، يمكن تقليل آثار أزمة تغير المناخ وتوجيه المجتمع نحو مستقبل أكثر استدامة .



## الدَّرس الخامس: التَّرفيه والسَّيَّاحة

### أهداف الدَّرس:

- أن أعرف مفهوم الترفيه.
- أن أوضح معنى الترفيه في الإسلام.
- أن أعلل أهمية الترفيه.
- أن أحدد ضوابط الترفيه.
- أن أعرف مفهوم السياحة.
- أن أحدد أنواع السياحة.
- أن أبين معنى السياحة الوافدة.
- أن أقدم أمثلة على مهارات التعامل الجيد مع السياح.



# بداية

beadaya.com | موقع بداية التعليمي

### مفاهيم الدَّرس

- التَّرفيه (Entertainment)
- السَّيَّاحة (Tourism)
- التَّرويح (Recreation)

تعد السياحة والترفيه اليوم من أهم الظواهر الاقتصادية والاجتماعية، فهما قطاع إنتاجي مهم في كثير من دول العالم. وهو من أسرع القطاعات الاقتصادية من حيث النمو المطرد. وتسير رؤية المملكة العربية السعودية 2030، نحو خطط واعدة للتطوير، والجذب السياحي والترفيهي، وتسعى لكي يكون القطاع السياحي والترفيهي أحد الروافد الاقتصادية لتنوع الدخل، فقد سهلت إجراءات تأشيرة الزيارة، وزاد الاهتمام بالمواقع التاريخية والتراثية. ويشهد القطاع اهتماماً متزايداً وخططاً تطويرية متنامية، وقد أثمرت الجهود الرامية على صعيد تطوير القطاع السياحي والترفيهي في المملكة العربية السعودية إلى ارتفاع ملحوظ في أعداد الزائرين، والسياح وقاصدي الأراضي السعودية.

## العلاقة بين الترويح والترفيه:

قبل أن نوضح المقصود بمصطلح الترفيه، لابد من الإشارة إلى مصطلحات شديدة التقارب في المعنى والدلالة كالترويح واللعب والتسلية واللهو، وغيرها من الكلمات التي لها علاقة وثيقة بمعنى الترفيه أو أنها تكاد تكون مرادفة له، فكلها تدور حول إدخال السرور على النفس؛ بممارسة نشاط فكري أو جسدي.

**مفهوم الترفيه:** المقصود بالترفيه في اللغة التنفيس عن النفس البشرية بعد الضيق.

**مفهوم الترويح:** كل نشاط يمارسه الإنسان في وقت فراغه، بهدف أن ينمي ويدعم ويزيد ويضيف إلى قدراته واستعداداته المختلفة سواءً كانت جسمية، أو عقلية أو نفسية أو اجتماعية.

### فائدة

الترفيه يحقق السعادة والتوازن الإنساني،  
ويُحسن من جودة الحياة.

فالترفيه والترويح هما تلك الأوجه من النشاط والخبرات التي يمارسها الفرد في وقت الفراغ، ويختارها وفقاً لرغباته الخاصة، بغرض تحقيق السرور والمتعة الشخصية والاجتماعية.

## نشاط 1

اذكر أحد الفعاليات الترفيهية التي أقيمت بمنطقتك هذا العام، وسجل انطباعاتك عنها.

بداية

موقع بداية التعليمي | beadaya.com

## الترفيه في الإسلام:

اتسمت الشريعة الإسلامية بالتكامل والتوازن، فكما أنها اعتنت بحاجات الإنسان الجسدية؛ فإنها لم تغفل عن احتياجاته النفسية والروحية، وكما أنها خصصت أوقاتاً محددة لكثير من العبادات؛ فإنها أباحت الترويح الذي لا يتنافى وآداب الإسلام وتعاليمه. قال ﷺ (لَوْ تَدُمُونَ عَلَى الْحَالِ الَّتِي تَقُومُونَ بِهَا مِنْ عِنْدِي لَصَافَحْتَكُمْ الْمَلَائِكَةُ فِي مَجَالِسِكُمْ ، وَفِي طَرِيقِكُمْ ، وَعَلَى فُرُشِكُمْ ، وَلَكِنْ يَا حَنْظَلَةَ سَاعَةً وَسَاعَةً وَسَاعَةً) (1).

عن عائشة رضي الله عنها قالت: " وَاللَّهِ لَقَدْ رَأَيْتُ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ يَقُومُ عَلَى بَابِ حُجْرَتِي، وَالْحَبَشَةُ يُلْعَبُونَ بِحِرَابِهِمْ، فِي مَسْجِدِ رَسُولِ اللَّهِ ﷺ، يَسْتُرُنِي بِرِدَائِهِ، لِكَيْ أَنْظَرَ إِلَى لَعِيهِمْ، ثُمَّ يَقُومُ مِنْ أَجْلِي، حَتَّى أَكُونَ أَنَا الَّتِي أَنْصَرِفُ، فَأَقْدِرُوا قَدَرَ الْجَارِيَةِ الْحَدِيثَةِ السَّنِّ، حَرِيصَةً عَلَى اللَّهِو (2).

(1) صحيح مسلم 892.

(2) صحيح الترمذي 2514.

## نشاط 2

تحدث عن مشاركتك في أحد الأنشطة بالمدرسة، واذكر الفوائد التي حصلت عليها من خلال هذه الأنشطة.

### فائدة

تكمن أهمية الترفيه عند الإنسان في كونه وسيلة إيجابية للتوافق مع طبيعة الحياة الإنسانية، فالترفيه يخفف من ضغوط الحياة، والمشكلات الاجتماعية والنفسية.

## أهمية الترفيه:

### إثراء



الهيئة العامة للترفيه  
General Entertainment Authority

ورسم النهضة. كما تسعى إلى تطوير قطاع ترفيهي مستدام يساهم في دعم الاقتصاد الوطني وتنوع مصادر دخله، والمساهمة في رفع الناتج المحلي الإجمالي، وتوليد الفرص الوظيفية للكوادر السعودية، لمعرفة المزيد عن الهيئة العامة للترفيه يمكنك الاطلاع على الموقع الإلكتروني للهيئة.



1. تلبية الاحتياجات الضرورية لحياة الإنسان.
2. الوقاية من الأزمات الصحية، والأمراض النفسية كالقلق والاكتئاب.
3. الترفيه والترويح اشتغال بالنافع المفيد.
4. تنمية القيم الاجتماعية المرغوبة كالتعاون، واحترام القانون واحترام حقوق الآخرين وغيرها.
5. تكوين وتوطيد الصداقات من خلال المشاركة في جماعة اللعب والهوايات.
6. الشعور بالانتماء للمجموعة من خلال المشاركة في الفعاليات؛ لتحقيق الأهداف المشتركة.
7. تنمية القدرة على التفاهم مع الآخرين.
8. التدرب على القيادة من خلال تبادل الأدوار في المجموعة.
9. الإبداع والابتكار وتطوير الصحة العقلية.
10. إكساب الأفراد والمجتمعات خبرات ومهارات، وأنماط معرفية متعددة من خلال البرامج الترويحية.

ارصد أهم الإيجابيات التي شاهدتها في مواسم ترفيه السعودية.

**تنشيط الاقتصادي المحلي، تعزيز الثقافة والهوية الوطنية، توفير فرص العمل، فتح المجال للابتكار والابداع، تعزيز الانفتاح والتنوع الثقافي.**

### ضوابط الترفيه:

1. أن يكون النشاط الترفيهي وسيلة وليس غاية، يُمارس لشغل وقت الفراغ.
2. أن يكون خالياً من المحرمات والمخالفات الشرعية والقانونية.
3. لا يترتب على ممارسته تعريض النفس أو الآخرين للخطر.
4. لا يتعارض وقت ممارسة النشاط الترفيهي والترويحي مع وقت الصلاة، والعبادات ولا مع أوقات العمل الرسمي.
5. لا يسبب إزعاج أو مضايقة الآخرين.
6. لا يترتب عليه إفساد أو تلوث المكان.
7. أن يُمارس في الأماكن المخصصة.
8. أن يكون النشاط الترفيهي والترويحي مناسباً، للممارسين له.
9. أن يكون النشاط الترفيهي والترويحي مناسباً للذوق العام.

### مفهوم السياحة:

يعرّف علم الاجتماع السياحة بأنها: هي ظاهرة اجتماعية متصلة بالعلاقات الاجتماعية بين الأشخاص والاتصال الاجتماعي، فهي مجموعة من العلاقات المتبادلة التي تنشأ بين السائح وبين الأشخاص الموجودين في المكان الذي قصده السائح.

### فائدة

تساعد السياحة على تخفيض نسبة البطالة من خلال خلق وظائف جديدة.

## أنواع السياحة:

تعددت أنواع السياحة تبعاً للدوافع والرغبات والاحتياجات المختلفة المحركة لها؛ حيث قامت عدة دول سياحية بتصنيف أنواع السياحة المختلفة وفقاً لعدد من المعايير التي تتناسب مع ظروفها، وموقعها وإمكاناتها السياحية.

**من أهم الأنواع وأكثرها شهرة:**

1. سياحة التعليم والتدريب.
2. سياحة الاستكشاف.
3. سياحة المغامرات والمخاطر.
4. سياحة المناسبات التاريخية.
5. سياحة مراقبة الحياة البرية.
6. السياحة العلاجية.
7. السياحة التاريخية.
8. السياحة الرياضية.
9. سياحة الصحة والنقاها واستعادة الشباب.
10. سياحة الندوات والمؤتمرات.
11. سياحة الفئات العمرية.
12. سياحة المناسبات الشخصية.
13. سياحة التسوق.
14. سياحة الجذور والحنين للوطن.
15. السياحة الجغرافية.
16. سياحة ممارسة الهوايات.
17. سياحة تنوع المقاصد السياحية.

## السياحة الوافدة:

**السائح الوافد:** هو الشخص الذي ينتقل من بلده الذي اعتاد الإقامة فيها إلى بلد آخر، خارج الحدود، لأي غرض كان، بما لا يقل عن 24 ساعة ولا يزيد عن ثلاثة أشهر، ولا يكون خروجه مرتبطاً بعقد عمل.

## السياحة في المملكة العربية السعودية

تتوجه أنظار الملايين من السياح إلى المملكة العربية السعودية؛ لكونها أحد الوجهات العالمية للزيارة والاستكشاف، وباعتبارها مهد الحضارة الإسلامية، ولموقعها الجغرافي الذي يعد مركز تقاطع القارات الذي عبره الحجاج والتجار منذ آلاف السنين، وتضم المملكة العربية السعودية ثقافة غنية وتراثاً زاخراً لا يضاهاها فيه أي مكان آخر في العالم.

في سبتمبر 2019، أطلقت المملكة العربية السعودية التأشيرة السياحية وفتحت أبوابها للترحيب بالسياح من جميع أنحاء العالم، ومنذ تلك اللحظة، توافد الزوار لاستكشاف تاريخ المملكة العريق ومناظرها الطبيعية الخلابة، وثقافة أهلها وتراثهم وعاداتهم، وقد بدأت المملكة العربية السعودية باستقبال السياح، تأكيداً على التحول الذي بدأ برؤية 2030 لبناء مستقبل واعد لقطاع السفر والسياحة.

beadaya.com | إثراء

وزارة السياحة  
Ministry of Tourism



وزارة السياحة هي الوزارة المعنية بتحقيق تنمية مستدامة في القطاع السياحي، من خلال تنظيمها لمختلف البرامج والأنشطة والمبادرات ودعمها للشراكات الفاعلة، وتمييزها للإمكانات البشرية الوطنية، وسعيها لإيجاد فرص عمل جديدة للمواطن السعودي بما يتوافق مع مكانة المملكة ورؤيتها. يمكنك زيارة موقع وزارة السياحة، لمعرفة المزيد حول جهود الوزارة في تنمية القدرات السياحية



## أعداد السّياح الوافدين للمملكة وإيراداتهم

العام	عدد سياح المبيت الوافدين (بالمليون)	إنفاق سياح المبيت الوافدين (بالمليار ريال)
2015	17,99	82.5
2016	18,04	93.4
2017	16,11	97.8
2018	15,33	93.5
2019	17,53	103.4

### التّعامل مع السّائح:

للمواطن دور مهم وبارز في تشجيع السّياحة، وجذب السّياح؛ لذا يجب أن يتعامل المواطن مع السياح كما يحب أن يُعامل عند السفر خارج المملكة العربية السعودية، وهنا بعض التّوجيهات المهمة في التّعامل، والتي تساعد في جذبهم لزيارة المملكة العربية السعودية مرة أخرى:

- حسن الخلق والبشاشة.
- كرم الضيافة وحسن الاستقبال.
- المبادرة بتقديم المساعدة للسياح عند طلبها.
- عدم المداخلة أثناء شرح المرشد السياحي للسائح قبل استئذانه في ذلك.
- عدم استغلال السياح.
- التعامل مع السائح بصدق وأمانة في عمليات البيع والشراء.
- تربية الأبناء على احترام السّياح وعدم مضايقتهم.
- تعلّم بعض العبارات الترحيبية بلغات السياح.
- نقل صورة جيدة عن الثقافة السعودية عند التعامل المباشر مع السّياح.

### نشاط 4

من خلال برامج التواصل الاجتماعي وجه دعوة لسائح وافد، لتتعرف على المملكة العربية السعودية مستعيناً بالموقع الآتي:



الترفيه هو أي نشاط يقوم به الأشخاص للمتعة والاسترخاء والتسلية، السياحة تشير إلى السفر من مكان إلى آخر لأغراض الترفيه، الاستكشاف، أو الأعمال. الترفيه يمكن أن يكون محلياً ولا يتطلب بالضرورة السفر، بينما السياحة تعتمد بشكل أساسي على السفر خارج المنطقة المعتادة للشخص. الترفيه يركز على الأنشطة التي توفر المتعة والاستجمام، بينما السياحة تشمل غرض الاستكشاف والتعرف على ثقافات وأماكن جديدة. الترفيه يمكن أن يكون لفترات قصيرة جداً مثل ممارسة رياضة، في حين أن السياحة عادة ما تتضمن فترات أطول من الزمن.

1. عرف الترفيه والسياحة ووضح الفرق بينهما.

في الأعلى

.....

.....

.....

2. ضع عنواناً مناسباً لكل صورة مما يأتي :

العنوان	الصورة
<p>التراث العمراني والتاريخي في المدينة القديمة</p>	
<p>القديّة عاصمة الترفيه والرياضة والفنون</p>	
<p>مدينة المستقبل بالمرسى المخفي في مدينة نيوم</p>	

العنوان	الصورة
المدينة التي لا تشبه سواها على وجه الأرض	
الحديقة الباهرة ... حديق الملك سلمان في الرياض	

3. برأيك كيف تنقل صور حسنة عن الثقافة السعودية والمجتمع السعودي داخلياً وخارجياً؟  
 لنقل صورة إيجابية عن الثقافة السعودية، يجب التركيز على التقاليد والتراث من خلال فعاليات ومعارض  
 تعكس غنى الثقافة. من المهم تعزيز الحوار بين الثقافات، إبراز الإنجازات في التعليم والعلوم، ودعم  
 المبادرات الشبابية. استخدام الإعلام بفعالية لنشر القصص الإيجابية والمشاركة في المناسبات الدولية  
 يساهم أيضاً في تحسين الصورة العامة للمجتمع والثقافة السعودية.

4. ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة، وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة، فيما يأتي:

- (✓) • أن يكون المواطن حسن الخلق بشوشاً مع السائح.
- (✓) • من أنواع السياحة سياحة المناسبات التاريخية.
- (X) • الترفيه والسياحة متعارضة مع القيم الدينية.

# مشروع تقويم الوحدة

## عنوان المشروع:

- أكتشفُ العالم

## أهداف المشروع:

- اكتساب مهارات التعلم الذاتي المستمر.
- تنمية مهارات العمل الجماعي.
- تبادل الأفكار والمشاركة بين أعضاء المجموعات.
- تطبيق مهارات البحث وجمع المعلومات وتفسيرها وتحليلها وتقويمها.
- تعزيز مهارات التقنية في البحث عن مصادر المعلومات.

## فكرة المشروع:

تنفيذ رحلات معرفية لدول العالم بحيث يقسم الطلاب إلى مجموعات، ويتاح لهم فرصة اختيار إحدى دول العالم، التي يرغبون زيارتها، وتكليفهم بإعداد عرض تقديمي، واستعراضه أمام المجموعات بحيث يوثق العرض ما أنجزته المجموعة من خلال الآتي:

1. توضيح أسباب اختيار الدولة المرغوب زيارتها من قبل المجموعة.
2. القوانين والأنظمة ونوع الحكم في تلك الدولة، وفي ضوء المعلومات الصادرة عن سفارة المملكة العربية السعودية.
3. أشهر المعالم الوطنية ورموزها كالعلم الرسمي للدولة وشعاراتها.
4. الديانة والعملة المالية، واللغة مع ذكر أبرز الكلمات التي يحتاجها السائح عند الوصول للمطار.
5. الزي الرسمي لسكان، وأشهر الأطعمة الشعبية لديهم.
6. المشروعات الوطنية الرائدة في الدولة.
7. أفضل برامج الدولة في الترفيه والسياحة.
8. انفوجرافيك يلخص أبرز النصائح التي تقدمها المجموعة للسائح.

### الرحلات المعرفية عبر الويب WebQuest

Introduction	المقدمة
Tasks	المهام
Procedures	العمليات والإجراءات
Resources	المصادر
Evaluating	التقييم
Conclusions	الخاتمة والنتائج

## ضوابط المشروع:

### 1. المقدمة:

- أن تكون الرحلة المعرفية شيقة تتوافق مع ميول الطلاب ورغباتهم.
- طرح الأفكار بوضوح.
- تحديد الأهداف المعرفية والأدائية.

### 2. المهام:

- تحديد الأدوار الأساسية والفرعية لطلاب الرحلة.
- تركيز المهمة على أنشطة البحث والتقصي مثل التصميم / المونتاج / الحوار.. الخ-
- تنوع أدوار الطلاب في تنفيذ المهام.

### 3. العمليات الإجرائيات:

تحديد العمليات الخاصة بالمهام من أجل تنفيذها من خلال ربط كل مهمة بمصادرها واختلاف أنواعها.

### 4. المصادر:

حماية حقوق الملكية الفكرية بربط كل مهمة بمصادرها، وذلك بالرجوع إلى المراجع المتخصصة.

### 5. التقييم:

- تقييم أعضاء المجموعة بعضهم بعضاً في الرحلة المختارة.
- تقييم الطالب لذاته.

### 6. الخاتمة والنتائج:

- العرض التقني لما تم إنجازه من قبل أعضاء المجموعة في الحصة الدراسية تحت إشراف معلم المادة.
- تحديد الإيجابيات التي أسهمت في الإثراء المعرفي والاجتماعي لكل عضو من أعضاء المجموعة.
- تحديد الصعوبات التي واجهت المجموعة مع إيضاح سبل معالجتها.
- إعداد تقرير المشروع النهائي (عرض تقديمي) لكل مجموعة من مجموعات الصف.