

# تنمية المهارات

الاجتماعية والنفسية للموهوبين

## القيادة الاجتماعية - صفار

تأليف

أسامة حسن محمد معاجيني



## القيادة الاجتماعية صغار

صدقتي يا عزيزتي!  
فرحت المحاة وقالت له: أمازلت تكرهني؟ أجابها القلم، وقد أحس بالندم: لن أكره من يمحو أخطائي. فردت المحاة: وأنا لن أمحو ما كان صواباً. قال القلم: ولكنني أراك تصغرين يوماً بعد يوم!  
فأجابت المحاة: لأنني أضحي بشيء من جسمي كلما محوت خطأ. قال القلم في حزن شديد: وأنا أحس بأنني أقصر مما كنت!  
قالت المحاة تواسيه: لا نستطيع إفادة الآخرين، إلا إذا قدمنا تضحية من أجلهم. قال القلم مسروراً: ما أعظمك يا صديقتي، و ما أجمل كلامك! فرحت المحاة، وفرح القلم، وعاشا صديقين حميمين، لا يفترقان ولا يختلفان.

- كل ميسر لما خلق له. كيف تفهم ذلك من خلال هذه القصة؟

- تحمل المسؤولية يتطلب منا التضحية .. كيف ظهر ذلك من خلال القصة السابقة؟

## الدرس الأول

### تحمل المسؤولية

#### المقدمة

تعدُّ المسؤولية صفة مهمة جداً تؤثر في تعاملنا مع الآخرين، وتفاعلنا مع البيئة من حولنا. فمن نعم الله على الإنسان أنه يتصف بالقدرة على احترام ذاته، وتحمل مسؤولية أعماله، لأن تحمل المسؤولية يرفع من فرص العيش الرغد، ويساعد على مواكبة تغيرات الحياة.

#### التعريفات

يقصد بتحمل المسؤولية قدرة الفرد على إنجاز العمل، وتحمل النتائج المترتبة عليه، ويمكن توضيح المعنى بطريقة أخرى (جعل الفرد قادراً على تحمل جميع التصرفات التي تصدر منه).

#### قصة

كان داخل المقلمة، ممحاة صغيرة، وقلمٌ رصاصٍ جميل. قالت المحاة: كيف حالك يا صديقي؟  
أجاب القلم بعصبية: لست صديقك! اندهشت المحاة وقالت: لماذا؟ .. فرد القلم: لأنني أكرهك.

قالت المحاة بحزن: ولم تكرهني؟ أجابها القلم: لأنك تمحين ما أكتب. فردت المحاة: أنا لا أمحو إلا الأخطاء.

انزعج القلم وقال لها: وما شأنك أنت؟ فأجابته بلطف: أنا ممحاة، وهذا عملي. فرد القلم: هذا ليس عملاً.

التفتت المحاة وقالت له: عملي نافع، مثل عملك، ولكن القلم ازداد انزعاجاً وقال لها: أنت مخطئة ومغرورة، فانداهت المحاة بتعجب وقالت: لماذا؟! أجابها القلم: لأن من يكتب أفضل ممن يمحو.

قالت المحاة: إزالة الخطأ تعادل كتابة الصواب. أطرق القلم لحظة، ثم رفع رأسه، وقال:

- لو أردت استبدال شخصية القلم والمحاة بشخصيات حقيقية من الواقع .. من ستختار، ولماذا؟

• الأم:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

### التمارين

- غالباً ما ينشأ خلاف في البيت بين أفراد الأسرة عند تحديد المسؤولية، وترى كل فرد من الأفراد يلقي بالمسؤولية على الآخر .. ما سبب هذا الخلاف؟

• الابن:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

إن تحديد أدوار كل فرد في الأسرة يقلل من الخلاف، ومما لا شك فيه أن كل فرد في الأسرة صغر أم كبر فإن له أدوار يستطيع القيام بها، والآن حدد الأدوار المناسبة لكل واحد:

• الأب:

• البنت:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

فيصل طالب في المدرسة، يقضي ساعات طويلة أمام الإنترنت، يأتي أخوه المتزوج لزيارة الأسرة، فيقوم فيصل بالسلام عليه، و العودة مسرعاً إلى الإنترنت، كما أنه لا يشارك في أعمال البيت بحجة الدراسة.

• ما الأخطاء التي وقع فيها فيصل؟

• كيف يمكن لفصل أن يتغلب على هذه الحالة؟

ورد في الأثر عن رسول الله صلى الله عليه وسلم أنه كان يكنس بيته، يخصف نعله، ويخيط ثوبه. كما أنه قال: «خيركم، خيركم لأهله، وأنا خيركم لأهلي».

• ما الأشياء التي تمنع الرجال عن مساعدة أهليهم في أعمال البيت؟

• هل تقوم بخدمة أهلك؟ حدّد الأعمال التي تقوم بها لخدمة أهلك؟

• فيما يلي بعض السلوكيات التي تدل على ضعف تحمل المسؤولية عند الشباب، أرجو التعليق بعبارة مختصرة على كل منها.

تعريض النفس للخطر عند قيادة السيارة بتهور

إلقاء الأوساخ والمخلفات في الشوارع، والأماكن العامة

الإعراض عن مساعدة الآخرين

عدم احترام المواعيد

عدم التثبت في نقل الأخبار

كثرة سؤال الناس، والاستجداء منهم

• ما الأشياء التي سيخسرها فيصل إذا بقي على هذه الحالة؟

• ما النتائج المتوقعة لمستقبل علي؟

علي طالب في المدرسة، غير قادر على تحمل المسؤولية خاصة في الدراسة، غالباً ما يؤجل تسليم أعماله، ويلجأ للآخرين لكتابة أبحاثه وواجباته، حتى إنه لم يشتري الكتب المقررة.

• ما الأسباب التي أوصلت علي إلى هذه الدرجة من اللامبالاة بالدراسة؟

• ما النصائح التي توجهها لعلي كي يصبح أكثر تحملاً للمسؤولية؟

- إن تحمل الإنسان المسؤولية يشعره بالسعادة. وضح ذلك؟

أبوسعد موظف في إحدى الشركات، غالباً ما يأتي متأخراً إلى عمله، يقابل المراجعين بوجه عابس، بطيء جداً في إنجاز المعاملات، يحاول إضاعة الوقت في أمور جانبية لا تخص عمله.

- ما النتائج المترتبة على عدم تحمل أبو سعد لمسؤولياته؟

- هل أنت فعلاً تتحمل مسؤولياتك في هذه الحياة؟ اذكر بعض الدلائل على ذلك.

- ما الفوائد التي سيجنيها أبو سعد لو تحمل كامل مسؤولياته في عمله؟

## المناقشة

### الخطوة الأولى

لتحمل المسؤولية هي التخلص من مرض الذرائع، لأنه سيكون مبررنا الطبيعي للفشل أو لتحميل الآخرين مسؤولية مشاكلنا، والحقيقة فإن الذرائع كثيرة جداً في حياتنا، فعلى سبيل المثال: الأغلبية الساحقة من الناس ليسوا واثقين في ذكائهم! خاصة عندما يببالغون في قدرات الأفراد الناجحين، أو عندما يتحدثون عن الغرب بانبهار لأنهم متفوقون علينا، وهذا في حد ذاته يجعلنا نتجنب الدخول في أي تحدٍ، مع أن المهم هو أنك تستعمل ذكاءك وقدراتك، والكلام نفسه ينطبق على كل الذرائع (الصحة، التعليم، السن، الحظ، الأهل ... إلخ)، لا بد أن تستغل إمكاناتك كلها بدلاً من البحث عن المشاكل.

### الخطوة الثانية

اتخاذ قراراتك بنفسك بعدما تكون درست أبعاده و نتائجها، حتى تبقى واثقاً من أنك تعمل بشكل صحيح وتفكر جيداً، وترى تجارب الناس الذين سبقوك، ثم تحاول تنفيذ القرار بأفضل شكل ممكن، وبالاستفادة من أفضل إمكاناتك المتاحة.

### الخطوة الثالثة

هي تقبلك لنفسك، ومواجهة نتائج قراراتك بشجاعة، وإيجابية مهما كثرت الأخطاء، وكيفيك أنك قادر على اختيار طريقك بنفسك، والتعلم يأتي بالتجربة، ولا تفكر أن أحداً من الناس الذين تثق بهم بدأ حياته واثقاً من نفسه بل حاول وأخطأ حتى أصبح لديه القدرة على النجاح.

## المبادئ

- الإنسان الضعيف غير قادر على تحمل المسؤولية.
- تحمل المسؤولية ينشأ مع الإنسان، ويكبر معه منذ الصغر.
- يختلف حجم المسؤولية باختلاف الأدوار في الحياة.
- هناك فرق بين تحمل المسؤولية، والتدخل في شؤون الآخرين.

## المشروع

- 1- صمم قائمة تحتوي على 30 عبارة تعبر عن سلوكيات تدل على تحمل المسؤولية.
- 2- قم بالتقاط 20 صورة في الحي والمدرسة، تعبر عن سلوكيات لا تدل على تحمل المسؤولية؟
- 3- اذكر مجموعة مواقف تحملت أنت فيها المسؤولية؟
- 4- خصص في مدرستك يوماً لتحمل المسؤولية، وقم بعمل نشاطات جماعية مع زملائك تدل على تحملكم للمسؤولية؟



• اذكر رأيك في القصة؟

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**التمارين**

قام أحد الأشخاص بتلخيص فوائد الأهداف. كيف يمكنك تحديد خمس فوائد من وجهة نظرك مدعماً إجابتك بدلائل عقلية؟

فوائد وضع الأهداف:

- تعطيك اتجاهاً للحياة.
- تزيل خوفك من المجهول، وتعزز ثقتك بنفسك.
- تشجعك على الحماسة.
- تزودك بالوضوح والتركيز.
- تعطيك توجيهات أو طرقاً لتحقيق النتائج.
- تعطيك تركيزاً للمجهود والطاقة والوقت.
- تزيل توترك.
- تولد لديك الأولويات.
- توفر لك الوقت.
- تضع أمامك تحدياً لتجاوز ما هو ممكن.

**الدرس الثاني** برمجة الأهداف

**المقدمة**

في قصة الأطفال (أليس في بلاد العجائب)، ومن ضمن أحداث القصة أن أليس سارت، وقابلت صديقها الأرنب في الطريق فسألته وهي عند منطقة بها مفترق طرق: أي الطرق أمشي فيها؟ فسألها الأرنب: إلى أين تريد أن تذهبي؟ فقالت له: لا أعرف. فقال لها: طالما أنك لا تعرفين، فامشي في أي طريق، فلا فرق. يا أليس يجب أن تعرفي إلى أين تذهبين.

**التعريفات**

يقصد بالهدف:- ما يسعى إليه الفرد من أجل تحقيقه، وهو الخريطة التي تبين لك أين تسير، وتوضح لك ماذا تريد، إن الذي يسير بلا أهداف يتخبط في الحياة.

**قصة**

يُحكى أن شخصاً في الأندلس يُدعى مروان الحمّار، أي أن مهنته أن ينقل الناس من مكان إلى مكان على الحمار، (مثل التاكسي في عصرنا)، وهي مهنة بسيطة جداً، كان يجلس ومعه اثنان من الحمّارين، فقال لهما: فليقل كل واحد أمنيته، فضحكا، وقالا: ما معنى أمنية؟ فقال: أمنيته أن أكون حاكماً للأندلس، فضحكا منه، ولكن أحدهما شعر بأنه يتكلم بجدية وقال له: إذا نجحت فاجعني كبير الحمّارين. أما الآخر فسخر منه وقال: إذا نجحت فاجعني أركب الحمار بالمقلوب وطف بي في البلد ليضحك مني الناس! ودارت الأيام، ودخل مروان الحمّار الشرطة، وتدرّب إلى أن أصبح رئيساً للشرطة، ثم التحق بالوزارة إلى أن أصبح رئيساً للوزراء، وبعد ذلك نجح، وكبر اسمه، وأصبح الحاكم، وأصبح اسمه المشهور الحاجب المنصور، فقاد الأندلس، ثم نادى الحمّارين الاثنين، وقال للأول: أنت ستكون كبير الحمّارين، ولو كنت قد طلبت المزيد لأعطيته لك. أما الثاني فقال له: سأعطيكم ما طلبته وسأقوم بالطواف بك بالمقلوب على حمار، كي يضحك عليك الناس.

- ما أهدافك العامة في الجانب الجسدي والصحي؟

عزيزي المدرب: هذا التدريب يحتاج إلى صفاء للذهن والتفكير، نعم إنها دقائق للخلوة مع الذات، نريد منك أن تحدد أهدافك في الحياة. إلى أين ستصل؟ ما تصورك لمستقبل حياتك. تذكر أن تكون الأهداف التي ستكتبها واقعية وقابلة للتحقيق، وتذكر أن كتابتك هذه الأهداف هو الخط العام الذي ستسير عليه فيما بعد، وكلما كانت أهدافك واضحة، وبسيطة سهل عليك تحقيقها.

الأهداف العامة: تعني الأهداف التي تحتاج إلى سنوات حتى تحققها.

- ما أهدافك العامة في الجانب الدراسي؟

- ما أهدافك العامة في الجانب الديني؟

- ما أهدافك العامة في الجانب الأسري؟

- عند كتابة أهدافك الشخصية، هل أنت بحاجة إلى المساعدة؟ اذكر الأشخاص الذين سيقدمونها لك؟ وما طبيعة هذه المساعدة؟

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

- ما الوسائل التي تقترحها كي يحافظ الشخص على أهدافه ولا يبتعد عنها؟ وكيف يمكنه الرجوع إليها كل فترة ليرى ماذا تحقق منها؟

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

- ما أهدافك العامة في الجانب المالي؟

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

- عزيزي المتدرب .. بعد أن استمعت إلى الأهداف التي يسعى أفراد مجموعتك إلى تحقيقها، هل ستجري تعديلاً على أهدافك؟ وضح هذا التعديل؟

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2- شخص حفظ القرآن الكريم ويحافظ على الصلاة، يتميز بعلاقات اجتماعية قوية مع الناس، أدخل المستشفى مؤخراً كونه يعاني من مرض السكري والضغط بسبب السمنة الزائدة.

3- طالب موهوب ومتميز في دراسته، وبسبب انشغاله في نشاطاته أهمل دوره داخل الأسرة، حتى بدأ والداه يشكوان أنانيته؟

4- هل تعاني خطأ ما في أهدافك أو حياتك بشكل عام؟ اذكره.

• فيما يلي أخطاء وقع بها بعض الأشخاص في تحديد وتحقيق أهدافهم. حدد هذه الأخطاء؟

1- اعتقد شخص أنه إذا أصبح طياراً فإنه سيحقق كل أهدافه، ولكنه عندما أصبح طياراً لم ينجح في حياته الأسرية؟

- أن تصبح بلدتك خالية من التدخين:

الأهداف قصيرة المدى هي الأهداف التي يتم تحقيقها في وقت قصير، مثل: شهر أو سنة، وعادة ما يتم تحويل الأهداف العامة إلى أهداف قصيرة المدى حتى يسهل تحقيقها، ومتابعتها.

- فيما يلي أهداف عامة، قم بتجزئتها إلى أهداف قصيرة، و حدد الوسائل التي ستستخدمها للوصول إلى الهدف؟
- الحصول على جائزة نوبل:

- أن تتقن اللغة الإسبانية:

- أن تصبح مؤلفاً مشهوراً:

- الأهداف السلوكية: هي الأهداف التي تحققها عند القيام بسلوك آني، مثل: كتابة رسالة، زيارة شخص، حفظ آية من القرآن، عمل منزلي بسيط.
- ما أهدافك عند استخدام الإنترنت؟

- أن تصبح صاحب ثروة مالية:

### المناقشة

خطوات وضع الهدف:

- أولاً: تخيل الهدف في عقلك.
- ثانياً: دَوِّنْ أو اكتب الهدف.
- ثالثاً: اسأل نفسك هذه الأسئلة المهمة:
  - من سيشترك معك في تحقيقه؟
  - ما الذي تريد أن تنجزه؟
  - أين موضعك الحالي بالنسبة إلى هذا الهدف؟
  - متى تتوقع تحقيق هذا الهدف؟
  - لماذا تريد تحقيق هذا الهدف؟
  - وضح كيف ستحققه؟
- رابعاً: واصل العمل بخطوات عملية واثقة

### مواصفات الهدف الجيد SMART

S	Specific	أن يكون الهدف دقيقاً ومحدداً
M	Measurable	أن يكون قابلاً للقياس
A	Achievable	أن يكون قابلاً للإنجاز
R	Realistic	أن يكون واقعياً
T	Time	أن يكون له إطار زمني

مثال:

- طالب مجتهد في دراسته، ما الأهداف التي يفكر فيها؟
- 1- الحصول على علامات مرتفعة.
  - 2- دخول الجامعة في تخصص الطب.
  - 3- الحصول على وظيفة جيدة.

• ما أهدافك عندما تسافر؟

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

• ما أهدافك لليومين القادمين؟

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

4- يجب أن تكون الأهداف واضحة، ومناسبة.

.....  
.....  
.....  
.....

5- لتحقيق هدف كبير نحتاج إلى تحقيق أهداف صغيرة.

.....  
.....  
.....  
.....

6- هناك أهداف علمية، واجتماعية، ونفسية، وجسدية، وروحية.

.....  
.....  
.....  
.....

### المشروع

1- ما الفرق بين الأهداف بعيدة المدى، والأهداف قصيرة المدى؟

2- اكتب أهدافك للعام القادم على حافضة هاتك النقال؟

3- ما أهداف رجل المرور؟

4- بالتعاون مع زملائك: أجر مقابلات مسجلة مع (20 طالباً في عُمر 8 سنوات و20 طالباً

في عمر 12 سنة) ولاحظ هل تختلف أهداف المجموعتين؟

4- الحصول على راتب مرتفع.

5- كسب احترام الأهل، والناس.

6- خدمة أبناء الوطن.

• لو كنت مكان هذا الطالب؟ هل لديك أهدافاً أخرى؟

..... -1  
..... -2  
..... -3  
..... -4

### المبادئ

اكتب عبارة تبدأ بـ(سأقوم بعمل ... ) لتحقيق كل مبدأ من المبادئ التالية:

1- حدد أهدافك حتى يصبح من السهل عليك تحقيقها.

.....  
.....  
.....  
.....

2- تختلف الأهداف باختلاف الأشخاص.

.....  
.....  
.....  
.....

3- بعض الأهداف أهم من الأهداف الأخرى.

.....  
.....  
.....  
.....

## الأثر

عن أبي هريرة رضي الله عنه أن رجلاً قال للنبي صلى الله عليه وسلم: أوصني. قال: (لا تغضب فردد مراراً قال لا تغضب)، وعن أبي ذر رضي الله عنه قال: قلت: يا رسول الله أوصني. قال: (أوصيك بتقوى الله؛ فإنها زين لأمرك كل).

- قال: الجهني رضي الله عنه قال: قلت: يا رسول الله أوصني. قال: (أوصيك ألا تكون لعاناً) (صحيح الترغيب والترهيب).
- عن أسود بن أسرم رضي الله عنه قال: قلت: يا رسول الله أوصني. قال: (تملك يدك) قلت: فماذا أملك إذا لم أملك يدي؟ قال: (تملك لسانك). قلت: فماذا أملك إذا لم أملك لساني؟ قال: (لا تبسط يدك إلا إلى خير، ولا تقل بلسانك إلا معروفاً)
- وقال صلى الله عليه وسلم: «أوصيك أن تستحي من الله عز وجل كما تستحي من رجل من صالحي قومك».
- في رأيك لماذا أجاب رسول الله صلى الله عليه وسلم إجابات مختلفة ومتعددة عن نفس السؤال (أوصني)؟

- ما العبرة المستفادة من ذلك في واقع حياتك؟

## أنماط الشخصية

## الدرس الثالث

### المقدمة

لكل إنسان نموذج خاص في حياته، فهناك النموذج التحليلي المحب لمعرفة تفاصيل الأمور، وهناك النموذج الكلي المحب لمعرفة صورة عامة عن الأمور، وهناك السمعى والبصري والحركي، وهناك الشخص الرسمي والشخص غير الرسمي ... إلخ، وسنتعرف في هذا الدرس إلى بعض طرق تصنيف الشخصيات، وإلى كيفية التعامل مع كل صنف من هذه الأصناف.

### التعريفات

النمط: هو مجموعة السمات الداخلية في الإنسان، التي تؤثر في سلوكه دون أن يشعر بها. الشخصية: هي مجموعة قدرات الفرد، وميوله، وصفاته، واتجاهاته، وانفعالاته، وإرادته، وهي التي تشكل طريقة علاقة الفرد بالبيئة المحيطة به.

- فوائد معرفة أنماط ونفسيات الناس. حيث إننا عندما نعرف أنماط ونفسيات الناس نستطيع:

- 1- وضع كل شخص في موضعه الصحيح .
- 2- التعرف إلى نقاط ضعفهم و نقاط قوتهم .
- 3- يكون تواصلنا مع من حولنا أكثر مرونة وسلاسة.
- 4- نصبح قادرين على التكيف مع حياتنا الاجتماعية.



## التمارين

والآن بعد أن عرفت أن للناس نماذج مختلفة في الحياة، ماذا يعني لك ذلك؟

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

- عزيزي المتدرب .. قم بوصف نموذجك الخاص في الحياة بجمل وكلمات قصيرة اعتماداً على إجاباتك السابقة؟

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

• تحدث مع نفسك، ثم أجب عن الأسئلة التالية:

- 1- هل تفضل الحديث عن الأمور بشكل تفصيلي أم تهتم بالعموميات؟

• (تحليلي - كلي)

- 2- هل تتشط بالليل أم النهار؟

• (ليلي - نهاري)

- 3- هل تتعلم أفضل من خلال ما تسمع أم من خلال ما ترى؟

• (سمعي - بصري)

- 4- هل تحب العمل الجماعي أم الفردي؟

• (فردى - جمعى)

- 5- هل تحب الحركة أم الهدوء خلال العمل؟

• (حركى - هادئ)

- 6- هل تحب العمل بشكل رسمى أم غير رسمى؟

- 7- هل تحب العمل من خلال التوجيه من الآخرين أم العمل بشكل مستقل؟

بالرغم من وجود نماذج مختلفة للناس فإن طبيعة الأنثى تختلف عن الذكر،

- ما أهم الخصائص التي تميز الأنثى عن الذكر؟

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

- بناءً على ما سبق، هل هناك نصائح توجهها للذكور عند تعاملهم مع الإناث؟

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

- هل تستطيع ذكر صفات الشخص الخجول؟

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

فيما يلي اختبار للكشف عن شخصيات الناس، قم بتعبئته واكتشف شخصيتك  
اقرأ كل عبارة واستخدم الدرجات المناسبة لكل عبارة مما يلي:

الدرجات:

- (2) تعجبني جداً، دائماً.  
(1) تعجبني نوعاً ما، أحياناً.  
(0) لا تعجبني أبداً.

### منبسط

- أحب أن أنشغل وأتحدث مع الجماعة.
- من السهل أن يتقرب مني الناس، ومعظمهم يجذني ودوداً وأخرج للصحة.
- أنا أرتاح مع الناس الجدد.
- أنا أحب أن أكون مركز الانتباه بين الناس في التجمعات.
- أنا متحدث جيد وأحياناً أفضل التواصل بالتحدث أكثر من الكتابة.
- أجد ما أريد أن أتحدث به مع أي شخص كان.
- لدي العديد من الأصدقاء والزملاء.
- أحس بالوحدة وعدم الراحة إذا بقيت وقتاً طويلاً وحدي.
- أضع وقتاً وأعطي فرصة للغير للتحدث.
- أميل للتفكير بصوت عالٍ وأطور آرائي بالكلام وأناقشها.

### متحفظ

- أحس بانفصالي عن الأحداث الاجتماعية، حيث لا أعرف العديد من الناس، ولكني أستمتع بالتحدث لشخص واحد، أحس أنني متصل به.
- أحب قضاء وقت طويل وحدي.
- أميل لعدد قليل من الأصدقاء المقربين الذين أركز معهم انتباهي أكثر من الكثير من الزملاء.

• اقترح طرقاً مناسبة للتعامل معه؟

من صفات الشخص المتردد: ضعف الثقة بالنفس، الخجل والقلق، سرعة تغير قراراته، الخوف من اتخاذ القرار، كثرة الاستشارات، عدم الاهتمام بالوقت.

• ما الوسائل المقترحة للتعامل معه؟

• جاء في الأثر «خاطبوا الناس على قدر عقولهم» كيف يمكن توظيف ذلك عملياً؟

- لدي قدرة عالية على الاستمتاع باللحظة الآنية وأحب أن أجعل محتوى الأشياء كما هو.
- أثق بخبرتي المجربة لما هو حقيقي ومؤكد.
- أركز على ما بيدي أكثر من البعيد في المستقبل.

### حدسي

- من الصعب علي أن أركز على الحاضر لأنني أفكر بأشياء كثيرة في وقت واحد.
- أميل لاستخدام التشبيهات، والتحليل لوصف وتوضيح الأمور، والأشياء.
- أتخذ القرارات على وفق الحدس، والإلهام، والتحليلات في كثير من المعاملات.
- أحب أن أفكر في إمكانيات جديدة، وأركز على ما قد يكون.
- أنا مرتاح، ومتأقلم بخصوص المستقبل، وأحب عمل الأشياء بطرق غير مجهد، ولا أحب الإعادة أو التكرار والروتين.
- أتطلع إلى أنظمة أساسية، والصورة الكلية العامة، ولا أحب أن يُحقق معي بتفاصيل محدودة.

- أراقب، وأنتبه للتعليقات، والأحداث.

- اقرأ ما بين السطور، وربما أتخيل أو أقرر بناءً على ما لم يحدث.

- أهتم قليلاً للذي يحدث حولي سريعاً، ويمكن ألا أعلم بما هو حادث الآن.

- أستمتع بالفرضيات، والأفكار التجريدية، وأجد أحياناً التفاصيل اليومية مملة.

- مجموع الدرجات =

- الحسي:

- الحدسي:

- المكون الثالث:

- ميول اتخاذ القرارات .. على أي أساس نتخذ القرارات؟

- عن طريق: العقل أم العاطفة؟

- اقرأ كل عبارة واستخدم الدرجات المناسبة لكل عبارة مما يلي:

- بدلاً من الاتصال بالناس أنتظر أن يتصلوا بي.
- الناس ينظرون لي غالباً كشخص خجول أو كتوم.
- أخذ وقتي بالتفكير فيما سأقول قبل التحدث.
- أشعر بجفاف في الفم إذا قضيت وقتاً أكثر مع الناس، وحتى التحدث بالهاتف كثيراً منهك.

- أفضل العمل وحدي في المشاريع، والأعمال.

- أنتقي من أصادق بعناية.

- أتجنب أن أكون مركز الانتباه.

- مجموع الدرجات =

- المنبسط:

- المتحفظ:

- المكون الثاني:

- ميول إدراك المعلومات .. كيف ندرك المعلومات من حولنا؟

- من الواقع والمحسوسات أم عن طريق الحدس والخيال؟

- اقرأ كل عبارة واستخدم الدرجات المناسبة لكل عبارة مما يلي:

### حسي

- أنا أميل للأمور العملية، والواقعية والحقيقة.

- اهتم بالحقائق، والأرقام أكثر من النظريات، والفرضيات.

- أفضل المهام العملية، والتي تنتج نتائج واقعية.

- أتكلم، وأسمع، وأقاطع الأشياء لفظياً.

- أنا ملاحظ جيد، وألاحظ ما حولي جيداً، وأحياناً أذكر التفاصيل.

- أحب أن أجرب بيدي الأشياء، مثل عمل نماذج للسيارات، وتصليح الأشياء أو الأعمال

اليديوية، والخياطة.

- أحب أن أفعل، وأطور، وأستخدم المهارات التي لدي.

## مفكر

- أنا أقيم قدرتي في التفكير، وأتخذ القرارات بالمنطق على أساس واضح.
- أحب أن أدافع، وأجادل بخصوص فكري ورأيي وأحياناً فقط أريد أن أتحدى ذكائي.
- أتهم بأني لا أهتم بحاجات الآخرين، وأحاسيسهم.
- الناس ينظرون إليّ على أنني شخص أناني، وناقده قوي.
- يمكن أن أكون متبلداً عاطفياً، وصريحاً.
- أميل للانتباه لأفكار الناس، وليس للأحاسيس.
- لا أحب عرض مشاعري على الناس.
- عادة ما أصنع قراراتي بناءً على مبادئ عامة من العدل، والمنطق أكثر من الظروف الشخصية أو الاهتمامات.
- أن أكون صادقاً أفضل من أن أكون مراوفاً.
- لا أخجل من تصحيح أخطاء الآخرين أو انتقادهم بهدف تحسينهم.

## وجداني

- أقيم قدراتي، وأفكاري حسب عاطفتي.
- أحب أن أتحدث عن العلاقات الخاصة، والأحاسيس.
- بالنسبة إليّ فإن عملية صنع القرار تعتمد على مدى تأثير القرار في من يقف أمامي.
- أن أكون صادقاً ولائقاً «دبلوماسياً».
- يجب أن أكون مقدراً، وأن أكسب موافقة الناس من حولي.
- أنظر إلى ما هو جيد في الناس، والأشياء.
- الناس يبحثون بالنسبة إليّ عن الدفء، والحنان، والتعاطف.
- لدي مشكلة في التحدث بصوت مرتفع عما أريد.
- عندما لا أتفق مع الناس أواجه صعوبة في التحدث إليهم.
- أخذ النقد على محمل شخصي، وأتهم بأني حساس.
- مجموع الدرجات =

- المفكر:

- الوجداني:
- المكون الرابع:
- ميول تنظيم الحياة .. كيف ننظم الأوضاع من حولنا؟
- عن طريق النظام والحسم أم عن طريق العفوية والتلقائية؟

## حاسم

- اقرأ كل عبارة واستخدم الدرجات المناسبة لكل عبارة مما يلي:
- لا أحب عمل الأشياء غير المقررة أو غير المرتبة.
- من الصعب أن أرتاح أو أركز إذا كانت بيئتي غير منظمة.
- أعمل جدولاً بما أريد عمله، ومقتنعاً بتنفيذ الجدول، وإنهاء المهمات.
- لي طريقي الخاصة في عمل الأشياء، ولا أحب أن يغير لي أحد جدولتي، وخصوصاً في اللحظة الأخيرة.
- أحب أن يكون لدي مكان لكل شيء، وأن يكون كل شيء في مكانه.
- قبل أن أبدأ أي مشروع أو مهمة أحب أن أراجع كل ما أحتاج إليه والتأكد من أنه في متناول يدي.
- من المهم بالنسبة إليّ أن أكون ملتزماً بالوقت، والموعد، ولا أستطيع أن أفهم لماذا لا يعد هذا الشيء أولوية لدى الغير.
- لا أحب أن أترك مهمة دون إنجاز، و أفضل كثيراً أن أنجز المشروع الذي في يدي قبل البدء بآخر.
- أحب أن أعرف الجداول، و متى الوقت، وأشعر بعدم الراحة عند فقدان الخطة، والتحديد.
- أحتاج إلى إنجاز عملي قبل أن أرتاح وأتمتع.

## تلقائي

- التعامل معي سهل ومرن، وعندما تكون هناك لحظة مفاجئة أتأقلم معها.

### المناقشة

هناك تصنيفات كثيرة لأنماط الناس، ونود هنا اتباع نظام تصنيف مختصر كما يلي:

### المتفرد

- إنسان حازم لا يتردد فالأمور عنده محسومة .
- يهتم بالنتائج، ولا يهتم بالتفاصيل ينظر للنهاية مباشرة .
- شخصية مبادرة يحب أن يكون قيادياً يريد أن يفرض سيطرته على الآخرين، يتخذ القرارات بدون تردد. سريع الرد.
- واضح ومباشر.

### التحليلي

1. منزو يحب الوحدة .
2. مُقيد ملتزم بالأنظمة والتعليمات.
3. منطقي لا يتجاوب كثيراً مع الخيالات.
4. مستمع من الطراز الأول (يستمع لأنه يحب جمع المعلومات والخبرات).
5. يزن جميع الاحتمالات قبل الإقدام على أي عمل.

### التعبيري

1. يتسم بالإبداع .
2. يرتاح للحديث والعلاقات قبل البدء بأي مهمة.
3. يعتمد على المشاعر لاتخاذ القرارات .
4. لديه قابلية عالية للمشاركة بالرأي .
5. صاحب خيال واسع .

- لدي القدرة على التنقل من مشروع للآخر، و ذلك ليس فقداناً للتركيز.

- أحب أن أمارس مشاريع جديدة، وأنا عادة أبدأ بالآخر قبل الانتهاء من الأول.

- ليس أهم شيء في حياتي الالتزام بجدول، والتقيد بفكرة معينة عندما يكون هناك عمل ما.

- لا أصنع ورقة توضح لي ما علي فعله اليوم، ولو فعلت هذا فإنني لن أهتم بمراجعتها، فيكفيني التذكر.

- طريقتي في تنظيم أموري يمكن أن يعتبرها الآخرون فوضوية.

- أنتظر حتى اللحظة الأخيرة حتى ابدأ بالتركيز على المهمة المطلوبة.

- لا أحتاج لإكمال كل المطلوب مني قبل أن أرتاح، وألعب.

- هدفي تأجيل صناعة القرارات، وأحياناً تجميع المعلومات أكثر حتى أكون متأكداً من قراري.

- أرحب بالفرص العفوية، وأستمتع بغير المتوقع من الأحداث، والأمور.

- مجموع الدرجات =

- الحاسم:

- التلقائي:

- بعد تحليل نتائج الاختبار سجل ملخصاً عن شخصيتك؟

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

- الودي: حفزه بدفء ومودة. (لأنني ناصح لك، لأنني أريد لك الخير، لأنك صديقي ويهمني أمرك).

### المبادئ

1. كل إنسان لديه نموذج خاص في الحياة.
  2. القليل من الناس يحسنون التعرف إلى نماذجهم الخاصة، وتوظيفها.
  3. إذا تطابقت قدراتك مع نموذجك في الحياة يحدث التغيير.
  4. إن فهمك لنماذج الناس الخاصة يسهل عليك التعامل معهم.
- سجل مبادئ أخرى تعلمتها هنا؟

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

### المشروع

- قم بطباعة 20 نسخة من اختبار كشف الشخصيات الموجود في هذا الدرس، ثم قم بتطبيقه على 10 من الذكور، و10 من الإناث، وقم بتحليل النتائج، وابحث في الفروق بين الجنسين.
- قم بطباعة 20 نسخة من اختبار كشف الشخصيات الموجود في هذا الدرس، ثم قم بتطبيقه على 10 الأطفال في المرحلة الابتدائية، و10 من الشباب في المرحلة الثانوية، وقم بتحليل النتائج، وابحث في الفروق الفئتين

### الودي

1. مستمع بصدق، محبوب ومتعاون.
2. علاقته فيها نوع من الدفء، وتسهل مصاحبته ويثق في الآخرين بسهولة.
3. يستمتع بالاتصالات الشخصية والمسئولية المشتركة ومساعدة الآخرين.
4. يعمل على تحقيق الأهداف بعد تأسيس الروابط.
5. يتجنب المخاطر، إلا إذا حصل على دعم قوي.

### أقسام الناس مع الأنماط

1. نمط واضح وصريح:  
كل صفات النمط موجودة فيه، يحمل نمطاً واحداً فقط .  
مثلاً: 100% متفرد .
2. نمط تشاركي:  
عنده نمط رئيس، ونمط مكمل .  
مثلاً: 75% متفرد و25% تحليلي .
3. نمط تكاملي:  
عنده عدة أنماط مختلفة، وهذا أفضل أنواع الناس.  
مثلاً: 25% متفرد، 25% تحليلي.  
25% تعبيرية، 25% ودي.

### مثال

- لو كنت بائعاً وتريد أن تقنع أحد هذه الأنماط بشراء سلعة معينة .. ماذا تفعل؟  
لنفترض أن هذه السلعة حقيقية .
- المتفرد: حدثه عن النتائج مباشرة (أنت تستفيد كذا، وكذا من شراء هذه السلعة).
  - التحليلي: أكثر من التفاصيل، وادعم ما تقول بالأدلة والبراهين والمعلومات.
  - التعبيري: حفزه لاتخاذ القرار عن طريق الاستثارة الشعورية. (ما أجمل الحقيقة وهي بيدك، ما أجمالها وأنت تحملها).

### المقدمة

لقد نعى القرآن على الكفار عدم استعمالهم وسائل الإدراك التي يتحقق بها المنهج الذي يقود حتماً إلى الحقيقة الإيمانية. قال تعالى: ﴿وَلَقَدْ ذَرَأْنَا لِجَهَنَّمَ كَثِيرًا مِّنَ الْجِنِّ وَالإِنْسِ لَهُمْ قُلُوبٌ لَا يَفْقَهُونَ بِهَا وَلَهُمْ أَعْيُنٌ لَا يُبْصِرُونَ بِهَا وَلَهُمْ آذَانٌ لَا يَسْمَعُونَ بِهَا أُولَئِكَ كَالْأَنْعَامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ أُولَئِكَ هُمُ الْغَافِلُونَ﴾ (الأعراف: 179).

ولقد حفلت آيات القرآن الكريم بتطبيقات كثيرة لهذا المنهج العلمي، فهذا إبراهيم الخليل عليه السلام رأى قومه يعبدون الكواكب ويشركونها مع الله، فأراد أن يقنعهم ويدلهم على بطلان ما هم عليه من الاعتقاد، فاستعمل المنهج العلمي الذي يحقق تلك الغاية، فافترض، ثم جرب، ثم استنتج النتيجة المطلوبة، وهي بطلان الشرك أمام حقيقة التوحيد قال تعالى: ﴿وَكَذَلِكَ نُرِي إِبْرَاهِيمَ مَلَكُوتَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَلِيَكُونَ مِنَ الْمُوقِنِينَ فَلَمَّا جَنَّ عَلَيْهِ اللَّيْلُ رَأَى كَوْكَبًا قَالَ هَذَا رَبِّي فَلَمَّا أَفَلَ قَالَ لَا أُحِبُّ الْآفَلِينَ فَلَمَّا رَأَى الْقَمَرَ بَازِغًا قَالَ هَذَا رَبِّي فَلَمَّا أَفَلَ قَالَ لئن لم يَهْدِنِي رَبِّي لَأَكُونَنَّ مِنَ الْقَوْمِ الضَّالِّينَ فَلَمَّا رَأَى الشَّمْسَ بَازِغَةً قَالَ هَذَا رَبِّي هَذَا أَكْبَرُ فَلَمَّا أَفَلَتْ قَالَ يَا قَوْمِ إِنِّي بَرِيءٌ مِّمَّا تُشْرِكُونَ إِنِّي وَجَّهْتُ وَجْهِيَ لِلَّذِي فَطَرَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ حَنِيفًا وَمَا أَنَا مِنَ الْمُشْرِكِينَ﴾ (الأنعام: 75 - 79). فقد كانت التجربة والاستنتاج الوسيلة التي أظهرت أن هذه المخلوقات لا يجوز لها - عقلاً - أن تكون آرباباً وآلهة معبودة من دون الله، لأنها تختفي وتزول.

### التعريفات

يقصد بالاستدلال: استخراج النتائج الممكنة، وما يتبعها عن طريق الفهم، مستخدماً المنطق المستند إلى فرضية أو ملاحظة ما للوصول إلى نتيجة وتعميمها.

### قصة

﴿وَهَلْ أَتَاكَ نَبَأُ الْخَصْمِ إِذْ تَسَوَّرُوا الْمِحْرَابَ (21) إِذْ دَخَلُوا عَلَى دَاوُودَ فَفَزِعَ مِنْهُمْ قَالُوا

لَا تَخَفْ خَصْمَانِ بَغَى بَعْضُنَا عَلَى بَعْضٍ فَاحْكَمْ بَيْنَنَا بِالْحَقِّ وَلَا تُشْطِطْ وَاهْدِنَا إِلَى سَوَاءِ الصِّرَاطِ (22) إِنَّ هَذَا أَخِي لَهُ تِسْعٌ وَتِسْعُونَ نَعْجَةً وَلِيَ نَعْجَةٌ وَاحِدَةٌ فَقَالَ أَكْفَلْنِيهَا وَعَزَّنِي فِي الْخِطَابِ (23) قَالَ لَقَدْ ظَلَمَكَ بِسُؤَالِ نَعْجَتِكَ إِلَى نَعَاجِهِ وَإِنَّ كَثِيرًا مِّنَ الْخُلَطَاءِ لِيَبْغِيَ بَعْضُهُمْ عَلَى بَعْضٍ إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَقَلِيلٌ مَا هُمْ وَظَنَّ دَاوُودُ أَنَّمَا فَتَنَّاهُ فَاسْتَغْفَرَ رَبَّهُ وَخَرَّ رَاكِعًا وَأَنَابَ (24)﴾ (سورة ص).

تتحدث القصة السابقة الواردة في القرآن الكريم عن سيدنا داوود عليه السلام، عندما دخل عليه رجلان حيث قال أحدهما إن أخاه قد أخذ نعجته، مع العلم أنه يملك 99 نعجة، وقد تسرع النبي داوود وأصدر الحكم قائلًا: لقد ظلمك. وكان المفترض أن يستمع إلى الطرفين. وقد ديمًا قالوا: إذا جاءك أحدهم وقد فقئت عينه فانتظر حتى يأتي الآخر، فقد تكون فقئت عيناه. وفي قصة سليمان عليه السلام قال الهدد لسيدنا سليمان الحكيم عليه السلام: أحطت بما لم تحط به. فأجابه بكل موضوعية: سننظر أصدقت أم كنت من الكاذبين. ولم يعترض عليه بحجة أنه مجرد هدهد يخاطبه. لست أنت بأقل من الهدهد، اجتهد وأخطئ، خير لك من قبول كلام الغير من غير معرفة بدليله، ما استطعت إلى ذلك سبيلًا.

### التمارين

ميز الحقائق عن الآراء؟

1. يدور القمر حول الأرض. ( )
2. الصناعة الأمريكية أفضل الصناعات. ( )
3. نحن في عصر السرعة. ( )
4. الزيت يطفو على الماء. ( )
5. اللون الأخضر أجمل الألوان. ( )
6. العيش في المدينة أفضل من العيش في القرية. ( )

الاستدلال الثاني: يبدو أن سعيداً قد حصل على شهادته بطرق غير سليمة.

• اضرب أمثلة على الحقائق:

• اضرب أمثلة على الآراء:

بينت بعض الدراسات أن الإناث أفضل من الذكور في اللغة الإنجليزية.  
الاستدلال الأول: لا يمكن أن يتفوق الذكور على الإناث في الإنجليزية.

• بين لماذا تعتبر الاستدلالات التالية خاطئة:

سعيد عالم حاصل على شهادة في الطب، ويعمل في أحد المستشفيات المرموقة، لكنه ضعيف في قواعد اللغة العربية.

الاستدلال الأول: يجب أن يكون الطبيب متقناً قواعد اللغة العربية.

الاستدلال الثاني: يجب أن تختلف مناهج اللغة الإنجليزية التي تعطى للذكور عن تلك التي تعطى للإناث.



• اذكر استدلالاً مناسباً للمواقف التالية:

1. خسر منتخب كرة القدم في تصفيات آسيا.

2. ارتفاع نسبة الإعاقة البصرية في سلطنة عمان.

حتى تستطيع عزيزي الطالب استخدام الاستدلال بالشكل الصحيح؛ هناك قواعد رئيسة عليك استيعابها جيداً:

1. يجب أن تفرق بين الحقيقة والرأي حتى تميز بينهما.

2. أن تلاحظ أن الحقيقة غالباً لا يخالفها إلا القليل من الناس، بعكس الآراء، وغالباً ما تكون الحقائق موثقة رقمياً ومحددة، أما الآراء فلا تمثل إلا رأي صاحبها، ولم تثبت علمياً أو واقعياً.

سجل الاستدلالات الخاطئة لكل مما يلي:

• شبكة الإنترنت تبث برامج منحلة لهدم الأخلاق.

• الأعشاب تشفي كل الأمراض.

• كيف يمكن أن يتغلب المجتمع على الاستدلالات الخاطئة بشكل عام؟

• والآن حاول كتابة استدلالات مناسبة لكل مما يلي:

1. جميع المعادن تتمدد بالحرارة. 2. الحديد معدن.

الاستدلال .....  
1. النحلة من الحشرات. 2. الحشرات تتكاثر بالبيض.

الاستدلال .....  
1. الصادقون يحبهم الناس. 2. سعيد ليس صادقاً.

الاستدلال .....

### المبادئ

ارجع للمناقشة، وقم بتلخيص المبادئ التي تعلمتها هنا بلغتك الخاصة، وعلى شكل خريطة ذهنية.

### المشروع

1. ابحث عن الآيات القرآنية التي تبين أهمية الاستدلال الصحيح.
2. اكتب قصة تبين فيها كيف أن الاستدلال الخاطئ يؤدي إلى التهلكة.
3. حاول جمع بعض الاستدلالات الخاطئة الشائعة في مجتمعك.
4. هناك أمثال وحكم شعبية تحتوي على استدلال خاطئ، وأخرى تحتوي على استدلال صحيح. جهز جدولاً به النوعان السابقان.
5. ارسم كاريكاتير حول الاستدلال الخاطئ.

3. يجب أن تميز بين القضايا العامة والقضايا الخاصة. فعلى سبيل المثال ما يخص الإناث قد لا ينطبق على الذكور.

4. الابتعاد عن التعميم حينما تصدر رأياً أو تحكم على شيء؛ فعلى سبيل المثال إذا سرق واحد من أفراد العائلة فلا يصح أن نعهم أن جميع أفراد العائلة سارقون.

5. ضرورة جمع الأدلة الكافية قبل الاستدلال على أي موضوع.

6. من الأفضل الابتعاد عن الاستدلال حينما لا تتوفر لديك المعلومات الكافية.

7. التمييز بين العقل والعاطفة، فلا يصح أن نسامح الجاني إذا كان من ذوي القربى.

8. إتقان قواعد المنطق ومنها:

– إذا بدأت العبارتان الأولى والثانية بكلمة «كل» أو «جميع» فيجب أن تحتوي النتيجة على «كل» أو «جميع».

– إذا وجد في أي من العبارتين كلمة «لا»، فإن النتيجة ستحتوي على كلمة «لا».

– إذا ظهر في إحدى العبارتين كلمة «بعض» أو أي كلمة في معناها، فإن النتيجة ستحتوي على كلمة «بعض».

### أمثلة

• اقرأ العبارات التالية جيداً. ثم بين أيها حقيقة وأيها رأي؟

1- أبوظبي عاصمة الإمارات. (حقيقة)

2- الرياضيات أسهل من اللغة الإنجليزية. (رأي)

3- المناطق المرتفعة أكثر برودة من المناطق المنخفضة. (حقيقة)

• اقرأ العبارتين التاليتين ثم اذكر الاستدلال المناسب:

1- كل النجوم ذاتية الضوء.

2- الأرض غير ذاتية للضوء.

### الاستدلال: الأرض ليست نجماً

ومن صور الإتيكيت في الإسلام «أوصى أبوبكر قائد جيش الشام بقوله: لا تقتل صبياً، ولا امرأة، ولا تخربن عامراً ولا تعقرن شاةً ولا بيعيراً إلا للمأكلة ولا تغرقن نخلاً ولا تحرقن». - أين يكمن الذوق في هذه الوصية؟

## الدرس الخامس الإتيكيت

### المقدمة

موضوع الإتيكيت من الموضوعات المهمة والكبيرة، ولا يتسع الوقت للحديث عنه هنا، حيث إنك ستتعرف إلى الكثير من فنون الإتيكيت ضمن دروس أخرى في هذه الحقبة. وما يهمنا هنا التعرف إلى أساسيات الإتيكيت التي يحتاج إليها الطالب الموهوب في تعامله مع محيطه.

### التعريفات

الإتيكيت: كلمة فرنسية etiquette ويقصد بها قواعد السلوك وآدابه، والتي تتحقق من خلال الممارسة العامة للحياة اليومية والاجتماعية والعلاقات المجتمعية والسياسية. وباختصار فإن الإتيكيت هو: السلوك الراقى الذي يساعد الناس على الانسجام والتلاءم مع بعضهم بعضاً، ومع البيئة التي يعيشون فيها.

### قصة

علمنا النبي صلى الله عليه وسلم حينما نكون ثلاثة ألا يتناجى اثنان دون الثالث، فإن ذلك يؤذيه. فإن كانوا أكثر من ثلاثة فلا مانع من التناجى. فتاة إنجليزية أسلمت وكان لإسلامها قصة تقول: كنت أدرس في الجامعة، وكان هناك صديقان يتحدثان العربية والإنجليزية، فكانا يتحدثان العربية طوال وجودهما بمفردهما، وحينما آتي يتحولان إلى الإنجليزية، حدث هذا عدة مرات فتعجبت من ذلك الفعل أيما تعجب، فأردت أن استفسر وأعرف السبب، فقالت لي: لقد نهانا نبينا أن نتحدث سويًا بلغة لا يفهمها ثالثنا. فما كان مني إلا أن قلت باللغة الإنجليزية ما معناه: إن نبيكم حضاري جداً. وأسلمت الفتاة بعد ستة أشهر، وكان من كلامها: أول شيء وقع في قلبي هو ذوق الإسلام في التعامل مع الآخرين. لاحظ عزيزي الطالب كيف أن الإتيكيت في الحديث، واحترام الشخص الذي يقف أمامك قد أثر في هذه الفتاة ودعاها للإسلام.

## مثال

• الإتيكيت في حضور دعوة:

عزيزي الطالب .. لو دعيت إلى غداء عمل عليك الاهتمام بالأمور التالية:

• أن تقبل هذه الدعوة بالحضور أو الرفض بتقديم الاعتذار.

• اتبع دائماً ما يمليه الضيف.

• انتظر الانتهاء من تناول الوجبة قبل مناقشة أمور العمل.

• يمكن وضع ملفات وأوراق العمل على المائدة، ولكن لا للحقائب، ولا مانع من اصطحاب

الكمبيوتر المحمول.

• اختيار الملابس المريحة التي تعطيك الثقة بنفسك، والتطيب المعتدل.

• أغلق الجوال أثناء تناول الطعام، لأنه ليس من اللباقة مقاطعة الطعام بالتحدث في

التليفون.

• قم باختيار الأطعمة السهلة في تناولها، فأنت تريد التركيز بالطبع على مناقشة أمور

العمل، وليس كيفية تناول الأطعمة.

• في الدعوات غير الرسمية، بمجرد أن تجلس على المائدة ضع المنشفة على الفخذين.

• لا مانع من رفض الطعام بتأدب، وليس لزاماً عليك أن تبدي أسباباً لعدم رغبتك، أو

إذا اضطررت الموقف فمن المجاملة أن تأخذ من كل طبق مقدم لك القليل من الأصناف

المختلفة، حتى لا تشعر بما لا ترغب فيه أو لا تستحسنه.

• إذا كان عدد الحضور كبيراً فيمكنك الاستئذان من المضيف بالخروج، ولكن ليس بعد

الأكل مباشرة، أما إذا كان العدد قليل فيتوجب عليك استئذان الجميع.

• ماذا يمكنك أن تضيف هنا؟

• أن تبذل جهداً كبيراً للإنصات والإصغاء للجميع.

## التمارين

تخيل شخص يتصل بهاتف البيت: ألو... الوالد موجود؟ ما اسمك؟ ماذا تفعل والدتك؟

• سجل ردك هنا:

• كيف تتصرف مع من يتصل بالرقم الخاطئ؟

### الإتيكيت في الإسلام

من هذه الآية «يا أيها الذين آمنوا لا تدخلوا بيوتاً غير بيوتكم حتى تستأنسوا وتسلموا على أهلها».

• ما آداب الزيارة والاستئذان؟

• من أحاديث رسول الله صلى الله عليه وسلم «تهادوا تحابوا». ما أوجه الإتيكيت في الهدية؟ وفي أي المناسبات تقدم؟ وكيف يختلف نوع الهدية باختلاف المناسبة؟

• من قوله تعالى ﴿يا بني آدم خذوا زينتكم عند كل مسجد وكلوا واشربوا ولا تسرفوا إنه لا يحب المسرفين﴾. ما هي آداب الزينة واللباس؟ وكيف تختلف باختلاف المناسبة؟

– الرسائل الرسمية:

1. البريد الإلكتروني:

لا بد من الالتزام بالرسمية عند استخدامه، فعندما تبعث رسالة إلى مسؤول وتستخدم الوصف الذي يستحقه مثل «سعادة» لحاملي الدكتوراه، و«معالي» للوزراء و«سمو» للأمراء... إلخ.

لا تستخدم النكات أو علامات الترفيم التي ليست لها أية ضرورة، أو تلك الجمل الضاحكة بين قوسين.

2. اكتب مقدمة خطاب إلى مدير مدرستك؟

3. متى تستخدم الفاكس؟

عن أبي مسعود قال: «جاء رجل من الأنصار يكنى أبا شعيب، فقال لـغلام له قصاب: اجعل لي طعاماً يكفي خمسة، فإني أريد أن أدعو النبي صلى الله عليه وسلم خامس خمسة، فإني قد عرفت في وجهه الجوع. فدعاهم، فجاء معهم رجل، فقال النبي صلى الله عليه وسلم: إن هذا قد تبعنا، فإن شئت أن تأذن له فأذن له، وإن شئت أن يرجع رجع. فقال لا، بل قد أذنت له» البخاري.

• يقول النبي صلى الله عليه وسلم: (إذا كنتم ثلاثة فلا يتناجى اثنان دون الآخر حتى تختلطوا بالناس فإن ذلك يحزنه). ما الآداب المستفادة من هذا الحديث الشريف؟

قال عطاء بن أبي رباح: «إن الشاب ليحدثني بحديث فأستمع له كأني لم أسمعه، وقد سمعته قبل أن يولد». • اذكر موقفاً يوضح هذا القول؟

### المناقشة

#### • الإتيكيت في اللقاء:

- 1- المجاملة: وتعني فن الإرضاء؛ أي القدرة على احترام الناس، ومراعاة مشاعرهم، والملاحظة والقياس والاحترام.
- 2- المديح: حتى تتمكن من المجاملة لابد وأن تكون صادقاً مخلصاً وأن تكون المجاملة في الوقت المناسب كي لا تكون شكلاً من النفاق، واستخدم الشكر لمن يبادلك المجاملة.
- 3- التقدير والتعارف: قدم نفسك إلى الشخص الأكبر سناً أو مركزاً.
- 4- المصافحة: لا تصافح وفي يدك شيء، وركز البصر على وجه من تصافح، واعتدل في الضغط على اليد.
- 5- البشاشة: من الأهمية بمكان أن تعتاد البشاشة، والتي تعني طلاقة الوجه والإقبال والتبسم.

• «أنزلوا الناس منازلهم» ماذا تعني لك هذه الكلمات؟ وكيف ستطبقها عملياً في حياتك؟

بالاعتذار بأنك مشغول، وأنت ستعاود الاتصال بالمتصل بعد انتهاء الزيارة، ولا يصح أن تتركه لفترة طويلة حتى وإن كانت (15) دقيقة. أما إذا كانت مكالمة خارجية فيمكن التماس العذر للمضيف بأن يستكمل الحديث مع الشخص المتصل، ولا يعني ذلك الإساءة لك بتركك لبضع دقائق.

#### • المعاكسات الهاتفية:

- في حالة المعاكسات، عليك إنهاء المكالمة على الفور بإعادة السماع إلى موضعها ولا تعط إشارة للشخص المتصل بأنك سمعت كلماته، فعليك بالسكوت وعدم الإجابة، وإن حدث عكس ذلك وقمت بالرد فعلاً كأمر طبيعي عند تلقيك مكالمة هاتفية، فتأكد أنه سيعاود الاتصال بك مرة أخرى، وعندها اترك السماع قليلاً دون أن تضعها على الهاتف.

- وإذا تكررت هذه المسألة عليك بإخبار مسؤولي الهيئة المختصة بالاتصالات، وسيتبعون الرقم الذي يسبب لك الإزعاج، أو اقتناء الجهاز الذي يوضح الرقم المتصل.

#### المبادئ

- 1- هناك قواعد وفنون للإتيكيت يجب على الإنسان تعلمها.
- 2- الإتيكيت يكون بالكلام والسلوك، وكذلك بالحركات وحركات الجسد. ماذا أيضاً يمكننا أن نضيف؟

#### المشروع

- 1- أجر بحثاً عن الإتيكيت في الأمور التالية:  
(الزيارة - التحية - الطعام - الشارع).
- 2- كيف يختلف الإتيكيت باختلاف العادات والتقاليد؟
- 3- قم بإعداد «مطوية» عن الإتيكيت في البيت.
- 4- أعط محاضرة عن الإتيكيت في الحديث النبوي الشريف.

#### تدريب

- لو دعيت إلى مكان لم تتعرف فيه إلى أحد من الحاضرين، ما الخطوات التي ستتبعها حتى يحدث التعارف والانسجام؟

- من وجهة نظرك ما العادات التي يفعلها الناس في اللقاءات، وتعبّر عن ضعف في الذوق العام؟

- دائماً يعطي اللقاء الأول انطباعاً يصعب تغييره عن الشخص. ما الأمور التي يجب أن تحرص عليها عند لقاءك الأول بأحد الأشخاص؟

#### مناقشة

- الإتيكيت في التعامل بالهاتف:  
المكالمة الهاتفية أثناء الزيارة:

- إذا كنت زائراً لأحد الأصدقاء، وتلقيت مكالمة هاتفية أثناء زيارتك له، هل تنهيتها على الفور أم تستمر فيها؟ هذا يعتمد على نوع المكالمة: فإذا كانت مكالمة محلية عليك

## التمارين

التمرين الأول:

- طلب منك التحضير لحفل تكريم في مدرستك، ما أهداف هذا الحفل؟

- ما اللجان التي تحتاج إليها لإتمام إعدادات الحفل؟

- ما احتياجاتك المادية والمعنوية؟

- وضع الخطوات الرئيسية التي ستسير عليها.

## الدرس السادس النشاط الاجتماعي

### المقدمة

تعتبر الأنشطة الاجتماعية وسيلة مهمة جداً في تنمية النواحي الاجتماعية، والفكرية، والترويحية، والرياضية، والمهنية لدى الطالب الموهوب، خاصة مع الإيقاع السريع للحياة، وما يصاحبها من ضغوط دراسية، وقلق وعوارض نفسية، حيث تعمل الأنشطة الاجتماعية على تنمية القيادة، التي من خلالها يتمكن الطالب من إظهار ما لديه من قدرات قيادية، وتنمية روح العلاقات الإنسانية سواء داخل المناشط أو خارجها، مما ينعكس عليه مستقبلاً بنواحي إيجابية يستفيد منها شخصياً، ويفيد منها المجتمع.

### التعريفات

يعرف النشاط الاجتماعي بأنه: الإسهام في تعزيز الكيان الأسري والمشاركة في تربية وتنمية القدرات السلوكية والاجتماعية لدى الأفراد، وتعميق شعورهم بالانتماء والولاء لمجتمعهم في إطار القيم الدينية والأخلاقية.

### قصة

علق على الصورتين بقصة قصيرة حول النشاط الاجتماعي:





ضع حلولاً لهذه المشكلة.

.....

.....

.....

• (الرحلة - المحاضرة - الحفل - المباراة - المسابقة - المجلة) ... هذه نشاطات اجتماعية شائعة في المجتمع. فكر في أكبر عدد ممكن من الأنشطة الاجتماعية الأخرى الجديدة والمبتكرة.

.....

.....

.....

• ابتكر نشاطاً لعمل تعارف سريع بين المجموعة المشاركة في النشاط.

.....

.....

.....

• في أحد الأنشطة الاجتماعية لوحظ وجود مجموعتين من الطلبة، كل مجموعة تتجمع حسب اتجاهات معينة. ابتكر نشاطاً لكسر الفرقة ولكي يتعاون الجميع.

.....

.....

.....

• صمم بطاقات الدعوة للحفلة. يمكنك الاستفادة من Greeting Card Studio 1, 31.

• تعرض أحد الطلاب المشاركين في النشاط إلى إصابة في رأسه .. ما خطتك لمعالجة المصاب؟

.....

.....

.....

• صمم مقياساً لتقييم فاعلية هذا الحفل.

الفترة	ممتاز	متوسط	ضعيف

التمرين الثاني:

• قامت إحدى المدارس بإنشاء نادٍ اجتماعي في الحي، وقد وضعت هيئة الإشراف، واختارت الأنشطة المناسبة لإنجاح دور هذا النادي. وبعد بدء التسجيل لاحظ القائمون على هذا النادي قلة الإقبال عليه. من وجهة نظرك ما الأسباب التي أدت إلى هذا السلوك؟

.....

.....

.....

• كيف يمكن الاستفادة من مواقع التواصل الاجتماعي المجانية مثل (فيس بوك وتويتر) في الأنشطة الاجتماعية؟

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

• صمم خريطة ذهنية توضح من خلالها عوامل نجاح النشاط الاجتماعي وخطوات هذا النشاط.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

### المناقشة

تعتبر خطة سير النشاط وطرق إعدادها من أهم النقاط التي تسهم بدرجة كبيرة في جانب الإقبال على الاستفادة من الأنشطة للفئة المستهدفة، فإذا كان هناك إعداداً جيداً ومتلائماً مع إمكانيات وطبيعة الفئة المستهدفة، فإن نسبة الإقبال على الممارسة والاستفادة من الأنشطة تعطي مؤشراً أكبر، لذا فإن خطة النشاط تتطلب مراعاة الأمور التالية:

- 1- الإمكانيات. 2- الإشراف. 3- المستفيدين. 4- الأنشطة.

• أما طرق الإعداد، فتتطلب التعرف إلى النواحي التالية:

- 1- الهدف من النشاط. (ثقافي - ترويحي - خدمي - علمي - استطلاعي - اجتماعي).
- 2- الفئة المستهدفة (رغباتهم وقدراتهم).
- 3- مستوى الإشراف (الخبرة - القيادة).
- 4- الإمكانيات (المساحة - المصادر المالية).

• ولتخطيط وتنفيذ الأهداف لا بد أن تُراعى الأمور التالية:

- 1- تحديد الأهداف المراد تحقيقها، وهي الغايات التي يسعى واضع النشاط إلى تحقيقها، فإذا كان الهدف من وضع النشاط تحقيق القيم الاجتماعية أو الفروض الدينية أو الأخلاقية في المجتمع، فلا بد أن تكون الاتجاهات السلوكية هي الأهداف المراد تحقيقها.
- 2- تحديد مستلزمات تنفيذ الأنشطة وضرورة تحديد مستلزمات هذه الأنشطة من الإمكانيات المادية، والبشرية والتنظيمية، من حيث المنشآت، والأدوات، والميزانية، وهيئة الإشراف، والعاملين، والمستفيدين، واللوائح، والنظم، والتعليمات، ونوعية الأنشطة.
- 3- الخدمة التطوعية للمجتمع المحيط، والتي تقتضي مساعدة الطالب لزملائه، ومن حوله.

### مثال

خالد طالب موهوب في الصف السادس الابتدائي، طلب منه المعلم التحضير لرحلة ميدانية لطلبة المدرسة، وقد قام بالإجراءات التالية:

- 1- تشكيل لجنة من (4) طلاب للإشراف على التخطيط للرحلة.
- 2- وضع أهداف الرحلة، والمتضمنة:
  - التعرف إلى مدينة (س) الأثرية.
  - زيادة التعارف بين الطلبة المشاركين.
  - تنمية التعاون بين الطلبة.
  - الترفيه والتسلية.
  - تنظيف وتجميل المنطقة الأثرية.

- ماذا تتوقع أن تكون الأنشطة التي قامت بها كل من اللجان التالية لتحقيق أهداف الرحلة:

1- اللجنة الاجتماعية.

- 3- تحديد الاحتياجات، والمتضمن:
  - تأمين الحافلة المناسبة، والتأكد من سلامة التكييف، والأجهزة الصوتية بالحافلة.
  - توفير وجبة الغداء، وبعض المأكولات الخفيفة.
  - تأمين مياه الشرب، ومياه الغسيل.
  - توفير الإسعافات الأولية.
  - توفير مصدر الضوء للطوارئ.
  - توفير آلة تصوير.
  - شراء مستلزمات نظافة البيئة.
  - توفير سماعة متحركة.
- 4- قام خالد بتوزيع الطلاب المشاركين إلى مجموعات خماسية، وطلب من كل مجموعة اختيار قائد لها.
- 5- أعد خالد قائمة بأسماء المشاركين، وأرقام هواتفهم الخاصة.
- 6- تم تكليف كل مجموعة بعمل خاص: (الطعام - الحراسة - الخدمات - الفقرات الثقافية والمسابقات - الرياضة).
- 7- تم عمل جدول زمني يوضح فقرات الرحلة مع الشخص المسؤول عن كل فقرة.
- 8- قام خالد وزملاؤه في اللجنة بعمل بطاقات وإعلانات، توضح كل ما يخص الرحلة، وذلك قبل موعد الرحلة بشهر تقريباً.
- 9- لم ينس خالد بعد الرحلة إجراء تقييم مكتوب لآراء الطلبة حول هذه الرحلة.
- 10- شكر خالد كل من ساهم في إنجاح هذه الرحلة.

- ما عوامل نجاح هذا النشاط؟

• ماذا يمكننا أن نضيف أيضاً؟

3- اللجنة الرياضية.

### المشاريع

- 1- فكر في نشاط اجتماعي يكون مناسباً للأطفال من عمر 5 سنوات.
- 2- ما العوامل التي يجب التفكير بها عند الذهاب في رحلة صيد؟
- 3- هل هناك أهمية لاختيار وقت النشاط، ناقش ذلك.
- 4- طُلب إليك التخطيط لعمل نشاط لزيارة المرضى في أحد المستشفيات، ضع خطة شاملة للزيارة.

3- لجنة الخدمات والعمل التطوعي.

### المبادئ

- 1- التخطيط المسبق للنشاط يعد سبباً رئيساً لإنجاح النشاط.
- 2- ضرورة تحديد أهداف النشاط.
- 3- ضرورة توزيع المهام.

### المقدمة

يعد التواصل الاجتماعي جانباً مهماً في حياة الفرد، فهو أداة فعالة من أدوات التغيير، والتطوير، والتفاعل بين الأفراد والجماعات، ويلعب دوراً في التطور، والتغيير الاجتماعي، والثقافي، والاقتصادي، فكلما اتسعت خطوات التغيير والتطور، اتسعت وازدادت الحاجة إلى المعلومات والأفكار والخبرات، وبالتالي إلى قنوات الاتصال لنقلها وإيصالها إلى الأفراد والجماعات، ونظراً لأهمية التواصل مع الآخرين، وعمل الفريق سواء في المدرسة أم الجامعة أم العمل، فإن امتلاك مهارات الاتصال أصبح أحد المتطلبات للنمو الشخصي والمؤسسي.

ويبدو لكثير منا أن التواصل الاجتماعي عملية غاية في البساطة لأنه جزء من حياتنا، ولأننا أمضينا في ممارسته فترة طويلة، إلا أن ممارسة الاتصال لفترة طويلة تختلف عن ممارسته بشكل فعال، فالتواصل عملية معقدة، ورمزية، ومجردة في معظمها، وتكون في بعض الأحيان مصحوبة بعدد غير محدود من العوامل التي يمكن أن تتجه بها اتجاهات خاطئة قد يؤدي إلى سوء الفهم؛ ومن ثم فقدان الهدف من الاتصال.

### التعريفات

يعرف الاتصال بأنه: «عملية تفاعل تتم بين طرفين، مرسل ومستقبل، يتم من خلالها نقل معلومات أو مهارات أو اتجاهات أو آراء إلى المستقبل سواء كان فرداً أو مجموعة بأساليب متنوعة لتحقيق هدف معين».

كما يمكن تعريف الاتصال على أنه: - عملية متبادلة لنقل معلومات وأفكار بين طرفين هما مرسل، ومستقبل، والرسالة هي المضمون الذي يريد أحد الطرفين توصيله للطرف الآخر. وبمعنى آخر، الاتصال عبارة عن تبادل الأفكار، والعواطف، والمعلومات (بالكلام، أو بالكتابة، أو بالإشارة) بين مرسل ومستقبل، فعندما نتكلم نريد من يسمعنا، وعندما نكتب نريد من يقرأ لنا، وعندما نبسم نريد من يستقبل ابتسامتنا ويفهمها.

### تذكر دائماً

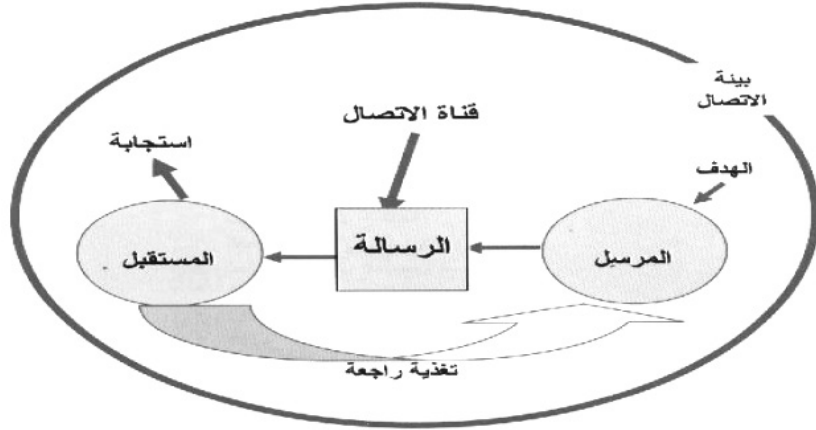
- الاتصال عملية تبادلية بين طرفين لهما هدف ويجب أن يكون لها أثر، وإلا كانت عملية الاتصال فاشلة.
- إذا فشلت عملية الاتصال فإن جزءاً كبيراً من أسباب هذا الفشل يقع على عاتق المرسل.
- الاتصال اللفظي وغير اللفظي كلاهما هام، ولا تستطيع فصلهما عن بعضهما لأن كلا منهما يزيد من فاعلية الآخر.
- إذا شعرت أن اتصالك لم ينجح، فعليك مراجعة عناصر دائرة الاتصال لتجد ما هو السبب، وأين كانت المشكلة لتستطيع معالجتها في المرات القادمة.

### قصة

يحكى أن رجلاً عجوزاً كان جالساً مع ابن له يبلغ من العمر 25 سنة في القطار، وبدا الكثير من البهجة، والفضول على وجه الشاب الذي كان يجلس بجانب النافذ. أخرج يديه من الناظفة وشعر بمرور الهواء وصرخ أبي انظر جميع الأشجار تسير وراءنا فتبسم الرجل العجوز متماشياً مع فرحة ابنه، وكان يجلس بجانبهم زوجان ويستمعون إلى ما يدور من حديث بين الأب و ابنه، وشعروا بقليل من الإحراج فكيف يتصرف شاب في عمر 25 سنة كالطفل!! فجأة صرخ الشاب مرة أخرى: «أبي، انظر إلى البركة، و ما فيها من حيوانات، أنظر، الغيوم تسير مع القطار»، واستمر تعجب الزوجين من حديث الشاب مرة أخرى. ثم بدأ هطول الأمطار وقطرات الماء تتساقط على يد الشاب، الذي امتلأ وجهه بالسعادة وصرخ مرة أخرى، «أبي إنها تمطر»، و الماء لمس يدي، انظر يا أبي، وفي هذه اللحظة لم يستطع الزوجان السكوت، وسألوا الرجل العجوز «لماذا لا تقوم بزيارة الطبيب والحصول على علاج لابنك؟» هنا قال الرجل العجوز: «إننا قادمون من المستشفى حيث أن ابني قد أصبح بصيراً لأول مرة في حياته».

## التمارين

- انظر إلى الشكل التالي ثم اجب عن الأسئلة التي تليه:



- ناقش مع مجموعتك الشكل السابق، واستنتج من خلاله عناصر الاتصال؟
- اقرأ الموقف التالي، وبالتعاون مع أفراد مجموعتك حدد عناصر الاتصال الخمسة؟
- كتب عمرو بن مسعدة وزير المأمون رسالة إلى الخليفة المأمون، قال فيها: «أما بعد فإن فلاناً سألتني أن أشفع له إلى أمير المؤمنين، فأخبرته أنني لم أبلغ عند أمير المؤمنين مبلغ الشفاعة»، فلما وصلت الرسالة إلى أمير المؤمنين وقع عليها بخطه: «قد فهمنا تصريحك به، وتعريضك بنفسك، وأجبنك إليهما، وأتحفناك بهما».

المرسل:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

- ماذا تستنتج من القصة؟

.....

.....

.....

.....

.....

- لماذا تصرف الزوجان بهذا الشكل؟

.....

.....

.....

.....

.....

- برأيك، كيف شعر الزوجان عندما أجاب العجوز عن سؤالهم؟

.....

.....

.....

.....

.....

- لو كنت مكان الزوجين كيف تتصرف؟

.....

.....

.....

.....

.....

• برأيك، ما الصفات التي يجب تتوفر في كل عنصر من عناصر الاتصال؟

التغذية الراجعة	قناة الرسالة	الرسالة	المستقبل	المرسل

المستقبل:

.....

.....

.....

.....

الوسيلة:

.....

.....

.....

.....

الرسالة:

.....

.....

.....

.....

1- تخيل أنك دعيت لبرنامج تلفزيوني لطرح رأيك حول الثانوية العامة، مثل مع أفراد مجموعتك الأدوار التالية:  
- المذيع:

التغذية الراجعة:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

- طالب يؤيد الزي الرسمي في المدرسة:

• لماذا تم اختيار هذا الطالب ليكون المتحدث باسم الفصل؟

- طالب يعارض الزي الرسمي في المدرسة:

• ما هي مواصفات الرسالة التي يجب أن تقدم للمدير؟

• استيقظت متأخراً في يوم من أيام الدوام المدرسي، وذهبت مسرعاً إلى المدرسة، وكان لا بد من المرور عند وكيل المدير، قم بصياغة رسالة شفوية واضحة، ذات مصداقية عالية لتقديمها للوكيل؟

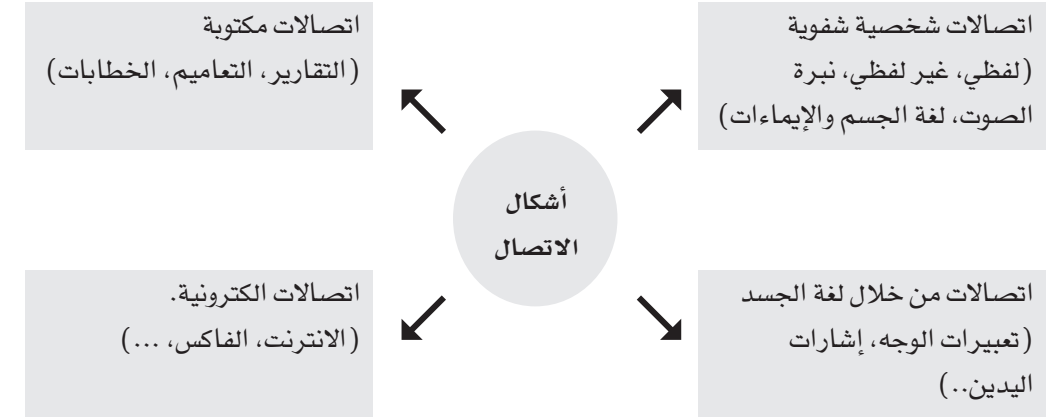
• برأيكم، ما أفضل قنوات الاتصال في هذه الحالة، ولماذا؟

أراد طلاب الصف التاسع الأساسي تغيير معلم الرياضيات، وذلك لضعف شخصيته، ومعلوماته، وأسلوب تعامله الفظ مع الطلاب، وتم ترشيح أحد الطلاب في الفصل ليكون المتحدث الرسمي باسمهم أمام الإدارة المدرسية؟



- اختر أحد زملائك في المجموعة، لتتواصل معه مستخدماً نوعي التواصل (اللفظي، وغير اللفظي)، لمدة ثلاث دقائق، وبعد الانتهاء من التواصل ليبيّن كل منكما الرسائل اللفظية، وغير اللفظية التي استخدمتها.

- انظر بتمعن إلى الشكل التالي الذي يمثل أشكال عملية الاتصال، ثم أجب عن الأسئلة التي تليه:



فيما يلي قائمة بعدد من المواقف، فكر كيف يمكن أن تعبر في كل موقف من هذه المواقف عن مودتك وتضامنك مع صديقك، وكيف يمكن أن يطبق هذا النشاط بطرق مختلفة (التمثيل، الرس، ...).

- اقرأ الموقف التالي، وبالتعاون مع أفراد مجموعتك ثم ناقش المهارة الاتصالية الأكثر استخداماً لكل واحد من الأصدقاء في عمله موضحاً الأسباب: يعمل أربعة أصدقاء في إحدى الصحف اليومية، حيث يعمل عبد العزيز برسم الكاريكاتير، ويعمل إبراهيم بكتابة المقالات، ويعمل عمر بإجراء المقابلات الصحفية، فيما يعمل خالد في قسم الهاتف.

الموقف	الاتصال اللفظي	الاتصال غير اللفظي
عيد ميلاد صديق		
نجاح صديق		
موت شخص عزيز لصديق		
بعد خلاف مع صديق		
عندما يقوم صديق بشيء خاص لك		
عندما يكون صديقك محبطاً جداً		

الأصدقاء	المهارة الأكثر استخداماً	الأسباب
عبد العزيز		
إبراهيم		
عمر		
خالد		

تم تعيين مدير جديد لمدرستكم، و في اليوم التالي لتعيينه قام بدعوة جميع أعضاء هيئة التدريس والإداريين إلى اجتماع، وذلك للتعرف ولعرض سياسته، وأسلوبه في العمل، وبالفعل عقد الاجتماع، الذي استهله مدير المدرسة بالترحيب بالحضور، ثم انتقل مباشرة إلى الحديث عن نفسه، موضحاً تاريخه الوظيفي وخبرته، وكيف ترقى إلى أن أصبح مديراً، و ما كان ذلك ليتحقق لولا جديته في العمل، وحزمه على الرغم من صغر سنه مقارنة بالمدرء الآخرين، وأكد أنه يميل إلى العمل وليس مجرد الكلام والشعارات، كما وعد الجميع على مشاركتهم في حل المشكلات واتخاذ القرارات، وأن بابه مفتوح للجميع للاستماع إلى وجهات نظرهم، وأنه سيفوض بعض الصلاحيات كل حسب عمله.

واختتم الاجتماع بقوله: «أن الأيام القادمة ستثبت أفضل مما قلته اليوم، وسوف يتم التعرف بيننا بشكل أكثر وأكثر»، وبعد نهاية الاجتماع، انقسم الحضور في تقييمهم لهذا المدير، فمنهم من رأى أنه رجل ديمقراطي في أسلوب إدارته، ورأى البعض أنه رجل مغرور، ورأى فريق ثالث أنه رجل إنجازات وأنه جاد في عمله.

في ضوء ما سبق:

- كيف تفسر هذا الاختلاف في تقييم الحضور لمدير المدرسة الجديد؟

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

- ما رأيك في أسلوب التواصل الذي تم بين المدير مع أعضاء هيئة التدريس والإداريين في المدرسة؟

.....

.....

.....

.....

.....

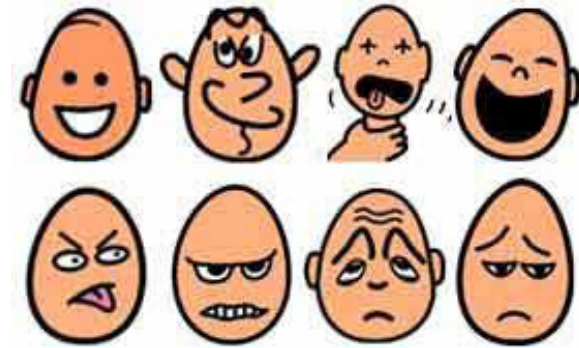
.....

.....

.....

- يعتبر الوجه مرآة عما في داخل الإنسان، أنظر إلى الصور الآتية التي تحوي تعبيرات (إيماءات) الوجه المختلفة، وأجب عما يلي:

1. بين ما تعكسه كل منها.
2. ما هي الرسائل التي يمكن أن يرسلها كل تعبير إلى الآخر (المستقبل)؟
3. هل هناك علاقة بين المزاج والإيماءات؟
4. هل تختلف الإيماءات من شخص لآخر؟ ومن ثقافة لأخرى؟ وضح ذلك.



.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

- بالرجوع إلى الحالة السابقة (في التمرين السابق)، يقوم أحد الطلاب بتمثيل دور مدير المدرسة في ضوء مبادئ الاتصال.
- يقوم باقي الطلاب من خلال مجموعاتهم بملاحظة تمثيل الدور، وتسجيل ملاحظاتهم على الأداء وطرق الاتصال والإقناع.
- ثم يجرى مناقشة الدور الذي تم تمثيله تحت إشراف المدرب.
- اختر جملة سهلة، وتدرّب على إلقائها ثلاث مرات بشكل مختلف، محملاً إياها رسالة شعورية مختلفة، في كل مرة؛ كأن تقولها بسعادة في المرة الأولى، ثم بنبرة تهديد، ثم بسخرية، وبعد ذلك تلقي هذه الجملة على زميلك بهذه الطرق الثلاث، دون إخباره بالمعنى الذي تريد، ثم يخبرك هو بعدها بالرسالة الشعورية التي وصلته بالفعل من جملة في كل مرة، ثم تستمع إلى رسالته وتخبره بالرسالة الشعورية التي وصلتك بالفعل في كل مرة.
- ثم وضع الفائزة من وراء هذا التمرين؟
- ما تأثير نغمة صوتك على إيصال الرسالة إلى الآخرين؟

- حدد عناصر الاتصال في هذه الحالة.

- ماذا تفعل لو كنت المدير، ولماذا؟

تحدد مبادئ الاتصال الفعال في الإجابة على الأسئلة الآتية:

- لماذا؟ ← وتعني ضرورة تحديد الهدف من الاتصال.
- ماذا؟ ← وتعني ضرورة تحديد مضمون الرسالة أو (ماذا نقول).
- من؟ ← ويعني ضرورة أن تحديد الشخص المستهدف من الاتصال ومعرفة خصائصه.
- كيف؟ ← وتشير إلى الوسيلة المناسبة التي تستخدم في الاتصال.
- متى؟ ← وتشير إلى الوقت المناسب للاتصال.

بالتعاون مع أفراد مجموعتك ناقش أسلوب التغلب المناسب على معوقات الاتصال الوارد في الجدول التالي:

المعوق	مثال	أسلوب التغلب عليه
الحالة النفسية	الخوف، القلق، التوتر، .....	مراعاة الحالة النفسية للمرسل من قبل المستمع والعكس
الافتراضات الخاطئة السابقة	مدير سمع عن موظف أنه متكبر فبدأ يعامله بتعال	
الافتقار لمهارات الاتصال	أخ يتحدث مع أخيه الأكبر بنبرة صوت عالية	
اختلاف المستوى الثقافي	طبيب يتحدث بجلسة عامة بمصطلحات علمية متخصصة	
لغة الرسالة (اللهجة)	قول خالد بن الوليد لأحد الحراس «أدفي الأُسرى» فقتلهم	
التشويش	عدم وضوح الكلام بين اثنين يتكلمان بالهاتف لعيوب في الشبكة.	

• حدد أهمية الاتصال الفعال في تحقيق النجاح للأفراد في المهن التالية:

المجال	أهمية الاتصال الفعال
المهندس	
المعلم	
البائع	
الصحفي	
الطيار	
المحاسب	

• ماذا ستفعل لو:

- ماذا ستفعل لو وجدت نفسك مضطراً لحضور حفلة زفاف لأحد معارف صديقك أو والدك، ولا تعرف أحداً من الحضور؟ هل ستجلس في زاوية القاعة منتظراً الوقت المناسب للخروج أو انتهاء الحفلة؟ أم أنك ستبادر إلى تقديم نفسك إلى أشخاص في الحفلة محاولة للتعرف عليهم؟

• للإنصات خمسة مستويات هي: التجاهل، التظاهر بالإنصات، انتقاء أجزاء من الكلام بغرض التعليق عليها أو الرد عليها ونقضها، الإصغاء بانتباه، الإصغاء بتفاعل. بعد قراءة تلك لمستويات الإنصات، اختر أحد زملائك، وقم بتطبيق تلك المستويات متأملاً أثرها على زميلك، وتأثيرها على فهمك.

4. يتم استقبال معلومات من خلال الاتصال غير اللفظي بقدر أكبر بكثير من غيرها من أنواع الاتصال، يوصلها البعض إلى نسبة 70٪.
5. الاتصال يساعد في نقل الخبرات بين الناس، الأمر الذي يدفع نحو تطوير عملية البناء في المجتمع الإنساني، لأن الحياة الاجتماعية، والاتصال الإنساني صنوان لا يفترقان.

### المشاريع

- عقدت في مدرستكم ندوة حول استخدام الانترنت، عن طريق أحد المتخصصين في الحاسبات الآلية ونظم المعلومات، وكان الحضور يتمثل من بعض الإداريين والمعلمين، وعدد من الطلاب، وقد بدأ المتحدث الندوة قائلاً وبسخرية:  
«أنا لا أتخيل أن هناك أحداً لا يستخدم الانترنت حتى الآن، فلقد أصبح الأطفال يجيدون استخدام هذه الشبكة»، ثم قام بشرح فكرة الانترنت واستخداماتها، مستخدماً كما كبيراً من العبارات والمصطلحات المتخصصة، ثم قدم شواهد على فوائد الانترنت في دول العالم المتقدم، وفي النهاية طلب من الحضور الاتصال به في حالة مواجهتهم أي مشكلة في استخدام شبكة الانترنت، و لم يستقبل أي أسئلة من الحضور، وفي نهاية الندوة كانت ردود أفعال الحضور كالآتي:
    1. شعر البعض بالضيق.
    2. البعض الآخر لم يفهم شيئاً.
    3. قال البعض: إنني لم أكن مركزاً أثناء حديثه، وكنت شاردهم ذهن.المطلوب: قم بتحليل الموقف السابق مع التركيز على مدى نجاح مقدم الندوة في الاتصال بجمهور الحضور.
- 1- دلل من القرآن الكريم ببعض الآيات الكريمة، وناقش ما ورد فيها من عبارات تدل على مهارات الاتصال.
  - 2- دلل من السنة النبوية المطهرة ببعض الأحاديث الشريفة، وناقش ما ورد فيها من عبارات تدل على مهارات الاتصال.

- ماذا ستفعل لو وجدت نفسك متهماً ظلماً أنك ارتكبت مخالفة ما، كالغش في امتحان ما؟ هل ترى أنك قادر على الدفاع عن نفسك والسعي إلى إثبات براءتك؟ أم أن الخجل سيحول دون تمكنك من الدفاع عن نفسك؟

.....

.....

.....

.....

.....

.....

### المناقشة

1. لماذا على الإنسان أن يسعى جاهداً لتطوير قدراته على الاتصال؟
2. برأيك، أيهما أكثر تعبيراً عن الصدق: الاتصال اللفظي أم نظيره غير اللفظي، ولماذا؟
3. أعط أمثلة حياتية على الاتصال غير اللفظي؟
4. فكر بثلاث قواعد للاتصال مع الآخرين يمكن استقاؤها من الثقافة الإسلامية؟
5. اذكر ثلاثة من معوقات الاتصال التي واجهتك في حياتك، وكيف تغلبت عليها؟

### المبادئ

- الاتصال عملية تبادلية بين طرفين لهما هدف، ويجب أن يكون لها أثر، وإلا كانت عملية الاتصال فاشلة.
1. الاتصال اللفظي وغير اللفظي كلاهما هام، ولا تستطيع فصلهما عن بعضهما لأن كلاهما يزيد من فاعلية الآخر.
  2. جزء كبير من نجاح عملية الاتصال يقع على عاتق المرسل.
  3. الاتصال فعالية مهمة في غاية الخطورة، ترمي إلى تغيير أفكار الناس، ومشاعرهم وسلوكهم.

## قصة

يحكى أن هناك صاحبين يمشيان في الصحراء، وفي أثناء سيرهما، اختصما! فصنع أحدهما الآخر، فتألم الصديق لصفعة صديقه فسكت، ولم يتكلم بل كتب على الرمل (اليوم صفعتني أعز أصدقائي على وجهي). وواصل السير، ووجدوا واحة فقررا أن يستحما في الماء، ولكن الذي صُفِع، وتألم من صاحبه، غرق أثناء السباحة، فأنقذه صاحبه الذي صفعه، ولما أفاق من الغرق ابتسم ثم قام، ونحت على الصخر «اليوم أعز أصدقائي أنقذ حياتي». فسأله صاحبه: عندما صفعتك كتبت على الرمل، لكن عندما أنقذت حياتك من الغرق كتبت على الحجر، فلماذا؟ فأبتسم وأجاب: عندما يجرحنا من نحب علينا أن نكتب ما حدث على الرمل لتمسحها رياح التسامح والغفران، ولكن عندما يعمل الحبيب شيئاً رائعاً علينا أن ننحته على الصخر، حتى يبقى في ذاكرة القلب حيث لا رياح تمحوه.

## قصة أخرى

قال الجنديّ لرئيسه، صديقي لم يعد من ساحة المعركة سيدي، وأطلب إليكم السماح لي بالذهاب والبحث عنه. قال الرئيس: الإذن مرفوض! لا أريدك أن تخاطر بحياتك من أجل رجل من المحتمل أنه قد مات. ذهب الجندي، دون أن يعطي أهمية لرفض رئيسه، وبعد ساعة عاد مصاباً بجرح مميت، حاملاً جثة صديقه. كان الرئيس معترساً بنفسه، فقال: لقد قلت لك إنه قد مات! قل لي أكان يستحق منك كل هذه المخاطرة للعثور على جثته؟! أجاب الجنديّ: بكل تأكيد سيدي!

عندما وجدته كان حياً، واستطاع أن يقول لي: كنت واثقاً بأنك ستأتي!

• ماذا نستنتج من القصتين الأولى والثانية؟

.....

.....

.....

## تكوين الصداقات

## الدرس الثامن

من يبحث عن صديق بلا عيب، يبق بلا صديق.

مثل تركي

## المقدمة

مما لا شك فيه أن الإنسان كائن اجتماعي بطبيعته، ولا يمكن أن يعيش في عزلة تامة أو يعتمد فقط على علاقات القرابة دون إنشاء صداقات جديدة تمنح حياته قدراً من المتعة والشعور بالراحة.

ويمكن القول بأن الصداقة هي الأداة، والوسيلة التي تساعد الإنسان على بناء هوية في الحياة، ولكن يجب أن نعلم بأن المعنى هنا غير مرتبط بعدد الصداقات وإنما بنوعيتها، فالمعارف كثر، ولكن الصداقات أقل بكثير، لأن بناءها يتطلب سنوات طويلة، بينما يمكنك أن تتعرف إلى مائة شخص في يوم واحد، وهنا يطرح التساؤل المهم، والملح في الوقت نفسه: لماذا قلت الصداقات الحقيقية في هذا العصر؟ إن انشغال الناس بشكل مفرط في عصرنا الحالي قد وضع صعوبات كثيرة في طريق بناء صداقات حقيقية، ويبدو أن مفهوم الصداقة بدأ يستعاض عنه بالأفاد، وتعبيرات أخرى ليس لها صلة بالموضوع. كما أن الناس يتحدثون عن المعارف بشكل واسع، ويتباهون بمعرفتهم لمئات بل آلاف الأشخاص، وبدأ بعضهم يخلط بالفعل بين الصداقات والمعارف، أو يرتبك تصوره حول الفارق الكبير بين الأصدقاء والمعارف.

## التعريفات

من التعريفات الحديثة للصداقة أنها: علاقة اجتماعية وثيقة تقوم على مشاعر الحب، والجاذبية المتبادلة بين شخصين أو أكثر. ويميزها عدة خصائص منها: الدوام النسبي، والاستقرار، والتقارب العمري في معظم الحالات، مع توافر قدر من التماثل، فيما يتعلق بسمات الشخصية، والقدرات، والاهتمامات، والظروف الاجتماعية.

### التمارين

• لماذا تعتبر الصداقة شيئاً مهماً في حياتنا؟

---

---

---

---

---

---

• أيهما أفضل: العزلة والانفراد بالانفاس أم تكوين علاقات اجتماعية؟ ولماذا؟

---

---

---

---

---

---

• ما الصفات الحسنة التي يجب أن تتوافر في الصديق؟

---

---

---

---

---

---

• فكر مع أفراد مجموعتك، ما الذي يجعل الشخص صديقاً صالحاً؟

---

---

---

---

---

---

• هل التسامح صفة مهمة في الصداقة، ولماذا؟

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

• لو كنت الجندي في القصة الثانية، ماذا ستفعل؟ ولماذا؟

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

• التضحية صفة مهمة في الصداقة، كيف تمثلت هذه الصفة في القصة الثانية؟

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

- عندما تقابل شخصاً لأول مرة وترغب في بدء تكوين صداقة معه، ما التصرفات التي تقوم بها لبدء تلك الصداقة؟

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

- كيف تكسب أصدقاءك؟ وما التصرفات التي تقوم بها كي تكون محبوباً لديهم؟

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

- ما المشكلات التي يمكن أن تقع بين الأصدقاء؟

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

- كيف يعامل الأصدقاء الصالحون كل منهم الآخر؟

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

- فكروا بشخص تجدونه صديقاً صالحاً، و ما هي الصفات التي جعلت منه صديقاً صالحاً من وجهة نظركم؟

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

- قم أنت ومجموعتك بتلخيص النقاط التي تجعل من الإنسان صديقاً صالحاً.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

- ما الصفات السيئة التي تجب ألا تتوافر في الصديق؟

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



• ما الأسباب التي يمكن أن تؤدي إلى قطع أو انتهاء الصداقة؟

---

---

---

---

---

---

---

---

• كيف يمكنك التغلب على المشكلات التي تقع بينك وبين صديقك؟

---

---

---

---

---

---

---

---

• ما أفضل أساليب حل الخلاف بين الأصدقاء؟

---

---

---

---

---

---

---

---

• ما الموضوعات التي تتكلم فيها مع الزملاء عموماً؟

---

---

---

---

---

---

---

---

• ما الأمور التي تتكلم فيها مع صديقك المقرب فقط؟

---

---

---

---

---

---

---

---

• هل تكشف لصديقك عن كل أسرارك؟ ما الموضوعات التي تتعلق بها هذه الأسرار؟

---

---

---

---

---

---

---

---

انتقل بندر إلى حي جديد، وتمكن بعد جهد من أن يبني صداقة مع مجموعة من الطلبة، وعندما أنها امتحاناتهم المدرسية دعوا بندر للخروج معهم للتسليّة عند أصحابهم. فقالوا له: تعال، سوف نتسلى كثيراً، وسنحضر السجائر. بندر يحب البقاء مع رفاقه، ولكنه لا يحب أن يدخل السجائر، واشترطت المجموعة على بندر للدخول إلى المجموعة وإلزامه بإحضار السجائر وممارسة التدخين، جربها بندر مرة ولم يحب طعمها، كما أنها أزعجته كثيراً.

• هل تعتقد بأن هؤلاء أصدقاء حقاً، ولماذا؟

---

---

---

---

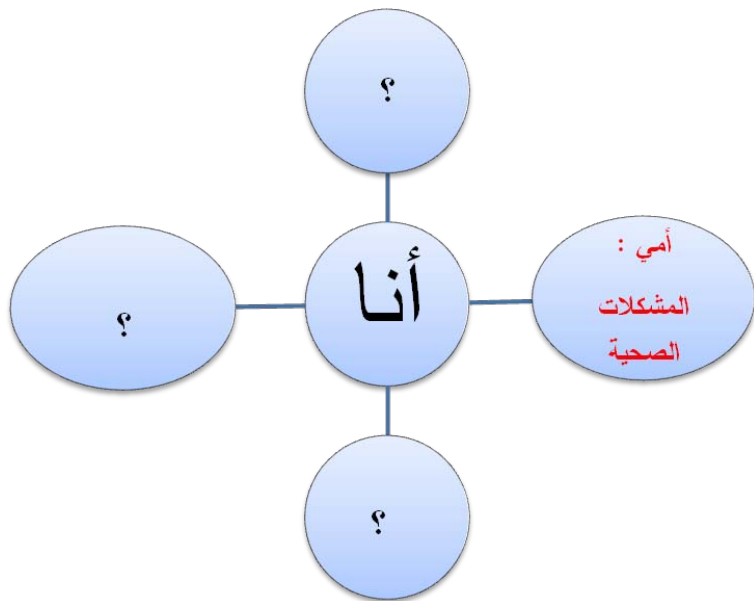
---

---

---

---

- ارسم خريطة مفاهيمية في دفترك كالشكل الذي تراه في الأسفل، وقم بذكر الأشخاص الذين يمكن التحدث إليهم عند حدوث مشكلة، واطلب إليهم تسجيل نوع المشكلة التي يمكن أن يتحدثوا عنها مع كل شخص.
- مثال :



- كيف تستطيع تحديد الشخص الجدير بالثقة لمشاركتك مشكلاتك؟

- ما تأثير أصدقاء السوء في الشخص؟

- كيف يجب عليك أن تتصرف عند ضغط الأقران؟

- هل تحافظ على صداقتك لمجموعة من الأشخاص، حتى إن كانوا على خطأ، ولماذا؟

- ما معاييرك للحفاظ على الصداقة مع الآخرين؟

- هل تعتقد أن سلطان يعد صديقاً صالحاً؟ ولماذا؟

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

- بمَ تتصح راشدٌ بأن يتصرف في هذا الموقف؟

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

- يمارس بعض الأصدقاء ضغطاً على أقرانهم. ماذا يتوجب على الأقران أن يفعلوا حيال هذه الضغوط؟

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

- ما نوع الأسئلة التي ستطرحها على الأشخاص كبار السن، والأسئلة التي ستطرحها على من هم في نفس العمر؟

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

- كيف ستختلف النصيحة من شخص إلى آخر؟

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

قام سلطان وصديقه راشد بالتسوق طوال اليوم، وعند مرورها أمام متجر للأحذية رأى سلطان زوجاً من الأحذية قد أعجبه، وفجأة قال سلطان: «انظر يا راشد إلى هذا الحذاء .. ما أجمله، لقد أعجبنى جداً»، وأشار إلى زوج من الأحذية المعروضة في هذا المتجر. وقام بعدها بالهمس في أذن راشد: «اسأل البائع سؤالاً، بينما أضع زوج الأحذية في حقيبتي»، قال راشد: بأنه لا يرغب في فعل ذلك، فقام سلطان بإخباره أن البائع رجل غني، وأن أخذ زوج الأحذية لن يؤثر فيه. ووعده بأن يأخذ زوجاً من الأحذية لأجله.

- ما رأيك في سلوك سلطان؟

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

### المبادئ

1. تكوين الصداقات الجيدة والحفاظ عليها هي مهارات مهمة تساعد الطلاب الصغار على النمو متمتعين بالصحة والأمان.
2. وجود الصداقة الصالحة مهم، لأنها توفر دعماً نفسياً ومعنوياً للناس في أوقات الحاجة.
3. الصديق الصالح هو الذي يقف مع صديقه وقت الأزمات، ويساعده عند التعرض للمشكلات (الصديق عند الضيق).
4. الصديق الحق هو الذي ينصرك بالقول والعمل، مظلوماً، أو ظالماً (بكف يدك عن الظلم).

### المشروع

1. قم مع مجموعتك بعمل مطويات (نشرات) عن الصداقة.
2. قم بإنشاء موقع إلكتروني بالتعاون بين المجموعات عن الصداقة، وإطلاق اسم عليه، مثل: (الصحبة الصالحة)، يكون هدفه التواصل، وتبادل الخبرات، ..... إلخ، أو صفحة على (فيس بوك أو تويتر).
3. اختر مواقف واقعية تحدث بين الأصدقاء، سواء كانت إيجابية أم سلبية، وبين كيف يمكن تقوية الإيجابية منها، والوقاية أو التغلب على المواقف السلبية.

ماذا كان باستطاعة راشد أن يفعل؛ ليتفادى الضغط عليه، ليقوم بعمل شيء لا يرغب في القيام به؟

• ما خيارات راشد؟

### المناقشة

1. ماذا يعني لكم مفهوم الصداقة؟
2. ما الذي يجعل من الشخص صديقاً صالحاً؟
3. هل يقف معكم أصدقاؤكم وقت الشدة؟ كيف؟ ومتى؟
4. هل تقدمون لأصدقائكم ما تريدون أن يقدموا لكم؟
5. كيف يستطيع الناس أن يظهروا الصداقة الحقيقية؟
6. ما الذي يجعل من الشخص صديقاً غير صالح؟
7. أي نوع من المشكلات يمكن أن يحدث بين الأصدقاء؟

فرد، والتي تميزه عن الآخرين؛ فالاستفادة من مساهمة كل فرد بما هو / هي قوي / قوية فيه، يثري العمل ويدعمه.

كما يمكن تعريفها بأنها: مجموعة من الأفراد يعملون مع بعضهم البعض لأجل تحقيق أهداف محددة ومشتركة، أو هو: مجموعة من الأفراد يتميزون بوجود مهارات متكاملة فيما بينهم، وأفراد الفريق تجمعهم أهداف مشتركة وغرض واحد، بالإضافة إلى وجود مدخل مشترك للعمل فيما بينهم. أو هو: مجموعة من الأشخاص مجتمعين معاً، يوجههم هدف عام، يبتغون تحقيقه معاً.

### قصة

تناحر أعضاء الجسم يوماً، واختلفوا فيما بينهم أيهم الأهم وأيهم يجب أن يكون رئيساً، للجسم. فقال الرأس: أنا أهم عضو في هذا الجسم حيث إنني أحتوي الدماغ، وأجري كل عمليات التفكير، وأركز على كل عمليات الجسم، وفقط من خلالي يستطيع الفرد إعطاء ردود الفعل المناسبة للبيئة التي يعيش فيها، فإن كنتم ستختارون رئيساً فأنا الرئيس. ضحكت العين وقالت: إنني لست أقل أهمية، فإذا توقفت عن العمل يوماً فإن الجسم سيتخبط بكل ما حوله من أشياء، ولن يستطيع رؤية ما حوله، وتصبح الدنيا قاتمة، أنا الرئيس.

قالت الأذن: إنني أهم عضو في هذا الجسم، فإنني إن لم أعمل لا يستطيع الإنسان تعلم الكلام الذي هو مهم جداً في الاتصال مع العالم. ولن يستطيع الفرد سماع الموسيقى والألحان ولا الكلام، فإن لم يكن هناك مانع للرئاسة من اختصاصي.

وهكذا عرض كل عضو من أعضاء الجسم مميزاتة، وتحدث عن أدواره المهمة التي يقوم بها في الجسم. وأخيراً قالت الأمعاء الغليظة: أنا أهم عضو في الجسم، وأنا من يجب أن يكون الرئيس، فأنا من يتخلص من الفضلات، ومن يحافظ على الجسم نظيفاً. فضحكت حينها الأعضاء مستهزئة بما سمعت، وقالت لها إنها الأخيرة التي تستحق الرئاسة، لأن دورها ليس الأهم في الجسم. حينها اغتاظت الأمعاء الغليظة مما سمعت، وقررت الإضراب عن العمل، وعدم إخراج الفضلات خارج الجسم، فاختل الجسم، واضطربت الأعصاب، وكاد الرأس أن ينفجر، وشلت القدمان عن السير، حتى اجتمع كل الأعضاء، وقرروا التأسف

## الدرس التاسع فريق العمل

يقول ألكسندر جراهام بل: (إن الاكتشافات والإنجازات العظيمة تحتاج إلى تعاون الكثير من الأيدي).

### المقدمة

إن إنجاز أي عمل يتطلب أن يعمل الأفراد بتكامل، وتناغم تام، ولا يتحقق ذلك إلا من خلال انصهارهم في بوتقة واحدة، بما تحمله من أهداف ونظم، وإجراءات عملية. وحتى يعملوا بفاعلية يجب أن يتسموا بمجموعة من الصفات والمهارات. كل هذه الأمور تجعل عملهم وحدة واحدة، ويتطلب لهذا الفريق قائداً يمتلك أيضاً مجموعة من الصفات والمهارات القيادية، يستطيع من خلالها أن يحفز بقية الأفراد ويوجههم إلى إنجاز أهدافهم، من خلال التواصل معهم. وفي اعتقاد الكثيرين أن الأشخاص يولدون بهذه الصفات والمهارات، ولا يمكنهم اكتسابها، وهذا ليس صحيحاً، فبإمكانك تحسين وتطوير قدراتك ومهاراتك لتصبح شخصية قيادية ناجحة.

وفي التدريبات اللاحقة ستتعرف إلى مجموعة من المعارف والمهارات والقيم، والتي ستستنتج أكثرها من خلال عملية الاستقصاء والعمل مع زملائك، ونحن على ثقة من قدرتك على ذلك، لأنك تسعى إلى تطوير وتحسين قدراتك.

### التعريفات

تعرف المجموعة / الفريق بشكل عام بأنها: عدد من الأشخاص بينهم علاقات تتبع من طبيعة اجتماعهم، فأفراد المجموعة الصغيرة التي أطلق عليها اسم «العائلة» تربطهم علاقات أسرية. والطلبة في الصف الدراسي تربطهم علاقات الزمالة الدراسية. وإضافة إلى أن هؤلاء الأشخاص تربطهم علاقة، فإن لهم هدفاً أو مجموعة من الأهداف المشتركة على الصعيدين الفردي والجماعي، ومن المهم الانتباه إلى القدرات والمهارات الخاصة بكل

- بالرغم من أن لكل عضو من أعضاء الجسم نقاط قوة يمتاز بها، فإنه لن ينجح بمفرده أن يدير الجسم .. لماذا؟

.....

.....

.....

.....

.....

### التمارين

- بعد أن أخذت فكرة عن معنى مفهوم فريق العمل، قم مع مجموعتك بوضع تعريف آخر لهذا المفهوم؟

.....

.....

.....

.....

.....

- هل فكرت يوماً لماذا يتم تكوين فرق العمل، فكر مع مجموعتك بالأسباب التي تدفع الأفراد إلى تكوين الفريق؟
- أسباب تكوين الفريق هي:

.....

.....

.....

.....

.....

- للأمعاء الغليظة كي تفك إضرابها وتعود للعمل.
- في النهاية لم يختار الجسم رئيساً له، لأنه اكتشف أن اختيار رئيس ليس بالأمر المهم، ولكن عمله كجهاز متكامل هو ما يهم حقيقةً.
- ما سر نجاح جسم الإنسان بعمله؟

.....

.....

.....

.....

.....

- ماذا لو تم اختيار رئيس واحد للجسم، هل يمكن للجسم أن يكون له رئيس حقاً؟

.....

.....

.....

.....

.....

- افترض أنه يجب اختيار أحد أعضاء الجسم رئيساً له، برأيك من يستحق أن يكون الرئيس، ولماذا؟

.....

.....

.....

.....

.....

أسباب إخفاقهم أخذوا يتبادلون الاتهامات بينهم، وكل واحد منهم يدعي أنه قام بواجبه على أكمل وجه.

• لماذا وقع هذا الفريق بهذه المشكلات؟

• من خلال دراستك للموقف السابق، هل ترى من الضروري أن يكون لكل فريق عمل قائد، ولماذا؟

• ما المهام التي يمكن أن يقوم بها قائد الفريق - لو توفر - في الموقف السابق؟

• برأيك ما الصفات والمهارات التي يجب أن تتوفر في قائد الفريق الناجح؟

• بالتعاون مع مجموعتك، ما الصفات والمهارات التي يجب أن يتمتع بها كل عضو من أعضاء الفريق؟

• ما خصائص فريق العمل الفعال؟

• ما فوائد العمل ضمن فريق عمل؟

قررت مجموعة من الطلاب في المدرسة تنظيم احتفال بمناسبة أحد الأعياد في منطقتهم، فشرعوا بالإعداد والتحضير للأنشطة والمسابقات التي ستقدم في هذا الاحتفال، كما حاولوا إيجاد سبل الدعم، سواء أكان مادياً أو معنوياً، فبذلوا جهوداً كبيرة وجبارة للظهور بأحسن صورة، وما إن جاء موعد الاحتفال حتى بدأت المشاكل العديدة تواجههم في التنفيذ، وكانت آثار عدم التفاهم وغياب التنسيق ظاهرة، والتخبطات في اتخاذ القرارات حاضرة، مما اضطرهم إلى الإعلان عن انتهاء الاحتفال قبل مواعده المحدد، ومع تقييمهم

• ماذا لو أُصيبت إصبع من هذه الأصابع، ماذا سيحدث؟

.....  
.....  
.....  
.....

• هل فكرت في مدرستك يوماً ككل متكامل .. ماذا تمثل؟

.....  
.....  
.....  
.....

• ماذا يمثل المدير لهذه المدرسة؟

.....  
.....  
.....  
.....

• ما معايير اختياره لهذا الموقع؟

.....  
.....  
.....  
.....

هل فكرت يوماً في أصابع يديك، وكيف تعمل معاً وبتناسق تام؟

• ماذا تمثل هذه الأصابع معاً بالنسبة إليك؟

.....  
.....  
.....  
.....

• ماذا سيحدث لو أن لديك إصبعاً واحدةً في كل يد؟

.....  
.....  
.....  
.....

• ما فائدة وجود هذه الأصابع معاً؟

.....  
.....  
.....  
.....

• لو فكرت بقائد لهذه الأصابع، أي الأصابع ستختار؟ ولماذا؟

.....  
.....  
.....  
.....



• ماذا يمثل المعلمون في هذه المدرسة؟

• إجراءات اختيار قائد الفريق هي:

• هل الأدوار المطلوبة من كل معلم متشابهة، وضح ذلك، ولماذا؟

• طريقة توزيع الأدوار بين أعضاء الفريق:

تم إنشاء نادٍ أدبي في مدرستك، وأراد المسئول عن هذا النادي تشكيل لجنة (فريق عمل)

لهذا النادي، ووقع عليك الاختيار لتشكيل هذا الفريق:

1. من وجهة نظرك، ما المعايير التي ستعتمدها لاختيار أعضاء هذا الفريق؟

2. ما الإجراءات التي ستتبعها لاختيار القائد لهذه اللجنة (فريق العمل)؟

3. كيف ستوزع المهام داخل الفريق؟

• معايير الاختيار هي:

قسم الطلاب إلى فريقين أو أكثر (حسب العدد)، وذلك لخوض مباراة كرة قدم (يمكن

اختيار كرة السلة أو الطائرة للإناث أو الذكور)، وبعد ذلك يقوم كل فريق بما يلي:

1. وضع خطة للعب.

2. اختيار قائد للفريق، وما المعيار لذلك؟

3. توزيع الأدوار لتتناسب مع الخطة الموضوعية (في هذه الحالة يمكن معرفة آراء أعضاء

الفريق بالأدوار التي يجيدونها من حارس المرمى إلى الهجوم).

4. القيام من خلال عملية العصف الذهني بين أعضاء الفريق، باختيار اسم لهذا الفريق.

### المناقشة

1. ما المقصود بكل من: فريق العمل، قائد الفريق، القيادة؟
2. اذكر فوائد العمل ضمن الفريق؟
3. بين أثر وجود القائد ضمن فريق العمل؟
4. ما صفات ومهارات قائد الفريق الناجح، اذكر خمساً لكل منهما؟

م	الصفات	المهارات
1		
2		
3		
4		
5		

### المبادئ

1. من خلال المشاركة مع فريق العمل يتعلم الطلبة كيفية حل المشكلات التي تواجههم، أو يساهمون في حلها.
2. تعمق المشاركة، والعمل الجماعي بروح الفريق، الوعي الاجتماعي لدى الطلبة.
3. تفتح ميادين جديدة للعمل والنشاط.
4. تسهم في الاستفادة من خبرات الآخرين (كلُّ يستفيد من خبرات الآخر).
5. التكامل: حيث يسهم العمل ضمن الفريق والاستفادة من مواطن القوة عند كل فرد في المجموعة في تكامل عمل الفريق.

5. اختيار شعار للفريق أو أهزوجة يرددها الفريق قبل وبعد المباراة.

.....

.....

.....

.....

غالباً ما يرتبط عمل الفريق بالفعالية، هناك الكثير من مجموعات العمل والفرق المختلفة. يختلف كل فريق في فعاليته، ونشاطه وقوته واستغلاله الصحيح لمصادره، ووضوح الهدف العام لأفراده، فعلى سبيل المثال فريق كرة القدم، هناك الكثير من فرق كرة القدم في الإمارات وفي العالم، ولكن ما يميز فريق عن فريق آخر هو فعالية ذلك الفريق وقوته، فهناك الفرق الضعيفة وهناك الفرق القوية الفعالة، أي أن هناك فرق عمل ناجحة وأخرى أقل نجاحاً أو فاشلة.

• قارن بين فريق العمل الناجح، وفريق العمل الفاشل:

فريق العمل الناجح (الفعال)	فريق العمل الفاشل (غير الفعال)

- شكّل فريقاً للعمل مع زملائك على مشروع ما، كإعداد مجلة حائط مثلاً (اختر المشروع الذي تريد)، ثم قدم تقريراً خطياً عن العمل الذي تقومون به.
- اكتب تقريراً عن مشروع عمل جماعي.

اسم المشروع	
أعضاء المجموعة	
نبذة مختصرة عن المشروع	
الهدف من المشروع	
كيف يتم توزيع الأدوار	
دور كل فرد في المجموعة	
النتيجة التي تم تحقيقها	
الدروس المستفادة	

## المشروع

- اقترح إرشادات لتحسين العمل ضمن الفريق؟
- أ. شكّل وأفراد مجموعتك (فريق عمل).
- ب. اختر القائد المناسب لهذا الفريق مع بيان معايير الاختيار.
- ج. ضع خطة عمل لأحد النشاطات التي ستنفذ من قبل فريقكم في المدرسة بإشراف القائد، مع بيان توزيع الأدوار بين أعضاء الفريق.
- د. قم بتعبئة الجدول التالي مع فريق العمل:

اسم الفريق	عدد الأفراد	اسم قائد الفريق	طبيعة العمل	اعمل ملخصاً لأهم الأعمال التي نفذها قائد الفريق

## التعريفات

يقصد بالوعي الصحي: «الملم بالمواطنين بالمعلومات، والحقائق الصحية، وإحساسهم بالمسؤولية نحو صحتهم، وصحة غيرهم من المواطنين. بالإضافة إلى ممارسة الصحية عن قصد نتيجة الفهم والاختراع، وتحول تلك الممارسات الصحية إلى عادات تمارس بلا شعور، أو تفكير». أو هو «عملية إعلامية هدفها حث الناس على تبني نمط حياة، وممارسات صحية سليمة، من أجل رفع المستوى الصحي للمجتمع، والحد من انتشار الأمراض. والتثقيف الصحي يحقق هذا الهدف بنشر المفاهيم الصحية السليمة في المجتمع، وتعريف الناس بأخطار الأمراض، وإرشادهم إلى وسائل الوقاية منها، ويستعان على ذلك بوسائل مختلفة، كالتقاءات المفتوحة مع الناس، والمحاضرات والندوات، وعرض الأفلام التلفزيونية والسينمائية، وتوزيع النشرات الصحية والكتيبات والصحف والمجلات وغيرها من وسائل الإعلام».

## قصة

كعاداته استيقظ أحمد من نومه، وأخذ يُعد فنجاناً من القهوة، ويديه سيجارة مشتعلة لا تكاد تفارق يده وهو مستيقظ، فهو يشرب عدة فناجين من القهوة مصحوبة بصديقه الدائمة (السيجارة)، وبعد ذلك يذهب إلى عمله دون أن يتناول إفطاره. وإذا شعر أحمد بالجوع فإنه يتناول الوجبات السريعة (كالهمبرغر والشاورما) وغيرها من هذه الوجبات، مع الإكثار من المشروبات الغازية، مما سبب له الوزن الزائد، حيث يبلغ وزنه (110) كيلوغرامات، ولا يمارس الرياضة إلا نادراً. وفي أحد الأيام شعر أحمد بألم خفيف في الصدر وصعوبة في التنفس، ولكنه لم يراجع الطبيب، معتبراً أن ذلك عارض وسرعان ما سيزول كما زالت أعراض مماثلة سابقاً. ولكن بعد فترة أصيب أحمد بذبحة صدرية، أدخل على إثرها المستشفى، حيث شعر بأن صدره قد طُوق بحزام ضاغط وامتد الألم إلى الرقبة، وإلى الفك واللثة، كما شعر بألم في الصدر من الأمام، وتأثرت ذراعه اليسرى، حينها انتبه أحمد وقرر ألا يعود إلى عاداته الغذائية السابقة.

## المقدمة

الصحة مطلب أساسي، وهدف استراتيجي تسعى دول العالم، ومنظماتها، وأفرادها، إلى بلوغه، وتعمل جاهدة على تحقيقه، من أجل حياة صحية سليمة، يسهم من خلالها الفرد في جهود التنمية المختلفة له، ولأسرته، ومجتمعه. والتربية كانت ولا تزال العملية التي تعتمد عليها الشعوب، والمجتمعات، في تنشئتها، وإعداد أبنائها إعداداً صالحاً متكاملًا، في جميع الجوانب الجسمانية، والروحية، والعقلية، والاجتماعية، لمواجهة مواقف الحياة المختلفة، وإكسابهم المعارف، والمهارات، والسلوكيات المناسبة التي تمكنهم من التعامل مع هذه المواقف.

وتبرز قضية الوعي الصحي وإكسابه ونشره، كأحدى الأولويات والأهداف الرئيسية للتربية الصحية في هذا العصر، في زمن يتعرض فيه الفرد الإنساني إلى مخاطر صحية وبيئية متزايدة، تتسع وتتزايد بازدياد وتسارع عجلة التقدم التقني والصناعي، الأمر الذي جعل الكثير من دول العالم تركز جهودها للتغلب على هذه المشكلات بحلول عدة، يأتي في مقدمتها المناهج الدراسية، والمحتوى الصحي الذي تشتمل عليه، وضرورة تحسينه وتطويره، ليكون قادراً على إيصال الرسالة الصحية لهؤلاء الأفراد، وإكسابهم الوعي الصحي اللازم لمواجهة هذه المشكلات.

وإذا كانت بعض دول العالم قد نجحت في تحقيق هذا الهدف لمجتمعاتها وأفرادها، واستطاعت أن توفر لهم أوضاعاً صحية جيدة، فإن هناك دولاً عديدة ما زالت بعيدة عن تحقيقه، وتعاني أوضاعاً صحية بالغة السوء، الأمر الذي انعكس سلباً على الأحوال الاجتماعية، والتعليمية، والاقتصادية لهذه الدول.

وعلى الرغم من الاهتمام المتزايد بقضية الوعي الصحي في الدول العربية، خصوصاً دولة الإمارات، فإنها لم تصل إلى مستوى الدول المتقدمة كالولايات المتحدة الأمريكية، وكندا، ودول أوروبا الغربية، واليابان، لذا جاء الاهتمام كبيراً بهذا الموضوع.

• لماذا حدثت الوعكة الصحية لأحمد؟

• ما السبب الرئيس لهذه الحالة من وجهة نظرك؟

• ما رأيك في عادات أحمد الغذائية؟

• برأيك، هل كان أحمد على وعيٍ بأن ما يقوم به خطأ؟

• لو كنت صديقاً لأحمد، بماذا كنت ستصححه في هذه الحالة؟

• ما الأمراض الأخرى التي يمكن أن يصاب بها أحمد؟

• ما دور المراجعة الدورية للطبيب، في الوقاية من مثل هذه الحالات؟

### التمارين

بدأت مشكلة نوب التي تبلغ الآن من العمر (14) سنة قبل عامين، عندما أخذت تتناول الحبوب المنبهة، وذلك رغبة منها في الإحساس بالنشاط عندما تبدأ في المذاكرة، وزيادة عدد ساعات دراستها الليلية. ولكن للأسف كانت النتيجة سلبية؛ حيث أدمنت هذه الحبوب، فانخفض مستواها التحصيلي، وأصبحت كثيرة النسيان، فانهارت نفسياً بسبب حالتها الصحية الجديدة، وتركت دراستها، وأصبح هدف أسرتها منصّباً على تخليصها من الإدمان، دون أن يعرف المجتمع أن ابنتهم مدمنة، خوفاً على سمعة بنتهم بشكل خاص والأسرة بشكل عام.

• ما مصدر معلومات نوف الخاطئة حول فاعلية هذه الحبوب في زيادة التركيز والنشاط؟

.....  
.....  
.....  
.....

• لو وضعت مكان نوف .. كيف ستتعامل مع تلك الأسباب قبل التعاطي تفادياً للوصول إلى مرحلة الإدمان؟

.....  
.....  
.....  
.....

• ما دور كل من الأسرة، والمدرسة، والإعلام، في تفادي وقوع الأبناء في مخاطر الإدمان؟  
- دور الأسرة:

.....  
.....  
.....  
.....

- دور المدرسة:

.....  
.....  
.....  
.....

• ما الأسباب التي دفعت نوف إلى الإدمان؟

.....  
.....  
.....  
.....

• هل تعتقد تلك الأسباب مبررات للإدمان؟ وضح رأيك؟

.....  
.....  
.....  
.....

• برأيك، ما الأسباب الحقيقية التي أدت إلى إدمان نوف؟

.....  
.....  
.....  
.....

• من وجهة نظرك، من أين حصلت نوف على الحبوب المنبهة؟

.....  
.....  
.....  
.....

- من خلال مجموعتك، استنتج آثار المخدرات على صحة الإنسان.

- ما الأسباب التي دفعت أحمد للإدمان؟

- وضح أثر رفاق السوء في أحمد، وما أفضل وسيلة تمكن أحمد من التعامل مع تلك الضغوط؟

- لو كنت مكان أحمد ماذا ستفعل؟

قام أحمد بالتعرف إلى مجموعة من رفاق السوء، وحاول والده نصحه بترك هذه المجموعة والتعرف إلى أصدقاء آخرين صالحين، ولكنه لم يعرهم أي اهتمام، قائلاً لهم أنه وصل إلى سن يستطيع فيها أن يقرر أي الأصدقاء يريد، كما أنه يستطيع أن يفرق بين الصواب والخطأ، ومع الأيام ازداد تعلقه بهذه المجموعة؛ مما أدى إلى اعتياده التدخين معهم، وتناول الحبوب المخدرة.

أصبحت صحة أحمد في تدهور مستمر، كما ازدادت عصبيته، مما أدى إلى افتعاله المشكلات وتغير نمط نموه، كما ظهر عليه بعض الخمول لفترات طويلة، مع ازدياد فترات نومه أثناء النهار وزيادة القلق أثناء الليل، ولوحظ عليه مؤخراً بعض الثقل في اللسان أثناء الحديث، كما أن تحصيله الدراسي تأثر كثيراً. لاحظت الأسرة هذه التغيرات فأصرت على مواجهته ومناقشته، ومن خلال مواجهة أحمد بهذه الوقائع والحالة التي وصل إليها، اعترف أحمد بالأسباب التي أدت إلى ما وصل إليه الآن، وأن عناده وعدم تقبل نصحتهم كان من أهم هذه الأسباب التي أدت إلى ما هو عليه الآن، وأكد عزمه على ترك أصدقاء السوء، والعزم على ترك ما هو فيه. قامت الأسرة باحتضان ابنها، وما زالت تساعدته للتخلص مما هو فيه من مشاكل، ليعود ابناً صالحاً باراً بوالديه ومجتمعه.

- ما العلامات التحذيرية التي ظهرت على أحمد، والتي كشفت أنه يعاني الإدمان؟

فيما يلي قائمة بأضرار الإدمان، قم بالتعليق عليها من وجهة نظرك.

مضار الإدمان	تعليقك على العبارة
المخدرات تضعف القدرة على التفكير مما يؤدي إلى اتخاذ قرارات خاطئة.	
الإدمان سلوك اجتماعي ضار يتسبب بسلوكات اجتماعية ضارة مثل السرقة والاختصاب.	
لتعاطي المخدرات تأثير هدام في الأسرة والعلاقات الأسرية.	
قد يؤدي الإدمان في كثير من الحالات إلى الوفاة.	
الإدمان أحد أسباب انتشار مرض الايدز.	

• عمر طالب متفوق في دراسته، محبوب من قبل أسرته وأصدقائه، حلمه أن يدرس الطب في إحدى الدول المتقدمة. وعلى الرغم من معاناته المرضية في الآونة الأخيرة، والتي أدت به لمراجعة المستشفى باستمرار، فإنه تفوق في دراسته في الثانوية العامة، واقترب من تحقيق حلمه، خصوصاً عندما حصل على قبول من أعرق الجامعات العالمية، ففرح جداً بذلك. واستعداداً لإجراءات السفر كان لا بد من إجراء الفحوصات الطبية، ولكن المفاجأة الكبرى، والتي أصابت الجميع بالذهول أن نتائج الفحوصات بيّنت أن عمر مصاب بمرض فقدان المناعة المكتسبة «الايدز».

• من وجهة نظرك ما أسباب إصابة عمر بمرض الإيدز؟

• ما دور كل من الأسرة، المدرسة، الإعلام، في تفادي وقوع الأبناء في مخاطر الإدمان؟  
- دور الأسرة:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

- دور المدرسة:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

- دور الإعلام:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



- ناقش من خلال مجموعتك أهمية الفحص الطبي المبكر؟

---

---

---

---

---

- ما المصادر المعتمدة التي نستقي من خلالها المعلومات حول هذا المرض؟

---

---

---

---

---

محمود طالب في الصف الثامن، يعيش في أسرة متوسطة الدخل، تسعى جاهدة إلى توفير العيش الكريم لابنهم. يبلغ وزن محمود أكثر من 100 كيلوجرامات، حيث يتبع نمطاً غذائياً سيئاً، وذلك من خلال الإكثار من تناول الوجبات السريعة الغنية بالدهون والكربوهيدرات والمشروبات الغازية والحلويات بكافة أنواعها، كما أن محمود لا يمارس أي نوع من الرياضة، فهو قليل النشاط والحركة. يظهر على محمود التعب عند قيامه بأي مجهود، وعلى الرغم من محاولات أسرته وضع خطة غذائية له، فإنها كلها باءت بالفشل، لعدم وجود الرغبة عند محمود في الإقلال من كميات الطعام، والابتعاد عن الأغذية ذات السعرات الحرارية العالية.

- لماذا يعاني محمود السمنة؟

---

---

---

---

---

- ما الأسباب الأخرى للإصابة بهذا المرض؟

---

---

---

---

---

- ما طرق الوقاية من مرض فقدان المناعة المكتسبة «الايدين»؟

---

---

---

---

---

- ما الآثار النفسية التي يتركها هذا الخبر على عمر وأسرته؟

---

---

---

---

---

- ناقش من خلال مجموعتك، الأفكار الخاطئة حول الإصابة بهذا المرض؟

---

---

---

---

---

– دور الإعلام:

شاب يبلغ من العمر 14 عاماً، أصيب منذ فترة بمرض الكلى واحتاج وضعه الصحي إلى زراعة كلية، فقام أبوه بمرافقته إلى إحدى الدول العربية لزراعتها، وعاد بعدها إلى أرض الوطن. في البداية تحسن وضع الشاب، ولكن بعد فترة بدأت حالته تسوء، فبدت عليه علامات الهزال، والتعب، ونقصان الوزن، وارتفاع مستمر في درجة الحرارة، الأمر الذي استدعى دخوله المستشفى، وتم إجراء الفحوصات اللازمة له، ومنها فحص الإيدز، وتبين أنه مصاب بمرض الإيدز. تم إعلام الأب بحالة ابنه، إلا أن الأب لم يخبر الابن بحقيقة حالته.

• ما هو شعورك تجاه هذه الحالة، وتجاه الشاب والأب؟

• برأيك، كيف انتقلت العدوى إلى هذا الشاب؟

• هل يمكن لمحمود التغلب على هذه المشكلة .. وضح ذلك؟

• ناقش من خلال مجموعتك الأسباب التي تؤدي إلى السمنة، وكيفية الوقاية من ذلك؟

أسباب السمنة (البدانة)	طرق الوقاية منها

• ما دور الأسرة، المدرسة، الإعلام في الوقاية من السمنة؟

– دور الأسرة:

– دور المدرسة:

انتشرت في الآونة الأخيرة ظاهرة تدخين الشيثة (النارجيلة) بين الشباب والشابات، وكثير منهم يعتقد أن أضرارها قليلة جداً مقارنة بتدخين السجائر، وهذه العادة تمارس في اليوم - على أكثر تقدير مرة - واحدة لأنها تتطلب أماكن وأجواء خاصة، وإعداد خاص إذا كانت في البيت، ويلاحظ أن الانتقادات التي تُوجّه من الأهل لهذه العادة أقل بكثير من انتقاداتها للتدخين العادي.

• هل يُعد ضرر الشيثة (النارجيلة) أقل من السيجارة العادية بالفعل وضح ذلك، ولماذا؟

.....

.....

.....

.....

.....

• ما الأسباب التي تجعل انتقاد الناس لهذه العادة أقل من التدخين العادي؟

.....

.....

.....

.....

.....

• ما الأضرار التي يسببها التدخين بشكل عام لصحة الإنسان؟

.....

.....

.....

.....

.....

• باعتقادك، لماذا رفض الشاب إخبار ابنه عن حالته؟ وهل هذا التصرف هو الأنسب أم لا؟

.....

.....

.....

.....

• ما طرق الوقاية التي يجب على الشاب ومن حوله اتباعها لمنع العدوى؟

.....

.....

.....

.....

عوامل المخاطرة الأساسية للإصابة بالأمراض المزمنة هي تلك العوامل التي يعتبر وجودها عاملاً مساعداً لحدوث المرض (كالتدخين)، وليست هي المسبب المباشر لذلك المرض، وبناءً على ذلك قم من خلال مجموعتك بالتفكير في مجموعة من عوامل المخاطرة بالإصابة بالأمراض المزمنة، واكتبها في العمود الأول، ثم ضع في العمود الثاني مقابل كل عامل مخاطرة، الطرق التي تساعد على تجنبه بهدف الوقاية من هذه الأمراض.

م	عوامل المخاطرة	طرق تجنبها (الوقاية)



جرير للنشر والتوزيع، عمان - الأردن.

- كريفر، ليندا سيلفرمان (2004). إرشاد الموهوبين والمتفوقين. دار الثقافة، عمان - الأردن.
- كنعان، أحمد علي (1995). أدب الأطفال والقيم التربوية. دار الفكر، دمشق - سوريا.
- لطفي، بركات أحمد (1983). القيم والتربية. دار المريخ، الرياض - السعودية.
- نوفل، محمد (2009). الإبداع الجاد مفاهيم وتطبيقات، دار ديونو للطباعة والنشر والتوزيع، عمان - الأردن.

- Bottery Mike. (1990). The morality of the school: theory and practice of values in education. Cassell. London.
- Jarrett, James L. (1991). The teaching of values: caring and appreciation. Routledge. New York.
- Linda & Richard Eyre. (1993). Teaching your Children Values. Published by Simon & Schuster. New York.

## مصادر الحقيقية

- أبو جادو، صالح (2004). تطبيقات عملية في تنمية التفكير الإبداعي باستخدام نظرية الحل الابتكاري للمشكلات، دار الشروق للنشر والتوزيع، عمان - الأردن.
- أيبير ريتشارد (1988). قراءة في علموا أولادكم القيم. دار العصماء، دمشق - سوريا.
- جابر، عبد المطلب والختلان، عبد الرحمن والسويلم، عمر والعهولي، محمد (2006). مهارات الدراسة الجامعية، جامعة الملك فهد للبترول والمعادن، السعودية.
- الجلاد، ماجد زكي (2010). تعلم القيم وتعليمها، تصور نظري وتطبيقي لطرائق واستراتيجيات تدريب القيم، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان - الأردن.
- حسين، ثائر وفخرو، عبد الناصر (2002). دليل مهارات التفكير 100 مهارة في التفكير، دار الدرر للنشر والتوزيع، عمان - الأردن.
- حمدي، نزيه (2000). الأساليب المعرفية في الإرشاد. المجلس الأعلى للشباب. عمان - الأردن.
- الخاجة، نعيمة وفخرو، عبد الناصر (2000). سلم الإبداع خبرات لتنمية القدرات الإبداعية، مطابع الملك للطباعة والنشر.
- داكوت، جولي (2009). الكتاب الصغير حول القيم: تثقيف الأطفال حتى يكونوا مواطنين مفكرين وواثقين بأنفسهم ومسؤولين ومهتمين بالآخرين. دار العلوم، دمشق - سوريا.
- داود، نسيم. حمدي، نزيه (2004). بعض مشكلات المراهقة وأساليب المساعدة فيها. مكتب التربية العربية لدول الخليج العربي. الرياض.
- سلوم، طاهر عبد الكريم، جميل، محمد جهاد (2009). التربية الأخلاقية، مناهجها وطرائق تدريسها. دار الكتاب الجامعي، العين - الإمارات.
- شيفر، شارلز. ترجمة نزيه حمدي ونسيمة داود (2008). مشكلات الأطفال والمراهقين وأساليب المساعدة فيها، دار الفكر ناشرون وموزعون. عمان - الأردن.
- قطناني، محمد حسين (2009). إرشاد الأطفال الموهوبين: دليل المعلم والمربي. دار



[www.ha.ae](http://www.ha.ae)

حقوق الطبع محفوظة لجائزة حمدان بن راشد آل مكتوم للأداء التعليمي المتميز