

الوحدة الخامسة





مجتمعي

أهداف الوحدة

يُتوقع من المتعلم في نهاية الوحدة:

- أن يقترح خطوات تساعد في اتخاذ القرار.
- أن يبدي رأيه في كيفية التعامل مع المشكلات التي يصعب حلها.
- أن يكتب خطة للتعامل السليم مع مشاعر الغضب والخجل.
- أن يطبق فن التعامل مع الآخرين عند الشعور بالغضب أو الخجل.



التعامل مع المشكلات الاجتماعية

مجتمعي

رؤية
2030
المملكة العربية السعودية
KINGDOM OF SAUDI ARABIA

يتعرض أفراد المجتمع لمواقف كثيرة ومختلفة في حياتهم، بعضها تؤثر فيهم وتسبب لهم انفعالات مختلفة كمشاعر الغضب والخجل، عندها يحتاجون إلى تطبيق خطوات التفكير العلمي السليم لاتخاذ القرارات المناسبة ليسهموا في تحقيق "مجتمع حيوي يعيش أفرادُه وفق المبادئ الإسلامية ومنهج الوسطية والاعتدال معتزّين بهويتهم الوطنية وفخوريّين بإرثهم الثقافي العريق في بيئة إيجابية وجاذبة".

المفاهيم الرئيسية

القرار.
الخجل.
الغضب.

أولاً: اتخاذ القرار: ☐

أسرتي العزيزة



أبدأ اليوم دراسة وحدة مجتمعي، أتعرف خلالها على بعض أنواع المشكلات الاجتماعية وكيفية التعامل معها، ومن الممكن أن ننفذ هذا معاً أسرة واحدة، مع وافر الحب. ابنكم / ابنتكم نشاط أسري استهلاكي منزلي: بدر فتى هادي يتردد كثيراً عند اتخاذ قراراته، أراد أن يدعم ثقته بنفسه ويحسن مهاراته في اتخاذ القرارات. عزيزي الأب/ عزيزتي الأم: ساعدا ابنكما على اقتراح حلول فعالة لمعالجة هذه المشكلة لدى بدر.



لَخَصِ المعلوماتِ الواردةَ في المخططِ التنظيميِّ الآتي للتوصُّلِ إلى معنى كلمةِ قرار.

الإرادةُ المحددةُ لصانعِ القرارِ
بشأنِ ما يجبُ فعلُهُ للوصولِ
لوضعٍ مُعيَّن.

ما يُصمَّمُ عليه الإنسانُ
بعدَ التفكيرِ في الرأي.

اختيارُ أفضلِ ما ينبغي
عملُهُ، كيفَ وأينَ ومتى؟

هي الإرادةُ المحددةُ لصانعِ القرارِ بشأنِ ما يجبُ فعلُهُ
لِلوصولِ لوضعٍ مُعيَّن بعدَ التفكيرِ واختيارِ أفضلِ ما ينبغي

خطواتُ الاختيارِ واتخاذِ القرارِ السليمِ:
hulul.online

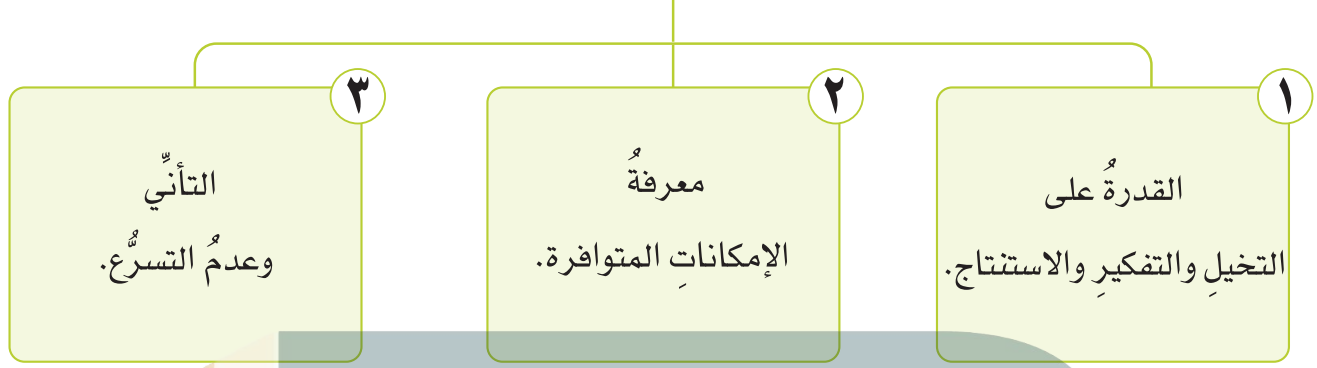
١ التفكيرُ في الخياراتِ التي يُمكنُ أن تُستخدَمَ في تحقيقِ الأهدافِ المطلوبة.

٢ المقارنةُ بينَ مميزاتِ الخياراتِ المعروضةِ والمفاضلةُ بينها.

٣ اتخاذُ القرارِ المناسبِ بناءً على المقارنةِ السابقة.



العوامل التي تُساعدُ على اتخاذ القرار السليم:



ما يجبُ مراعاته عند اتخاذ القرار:

أن يكون صحيحاً وآمناً.

أن يكون قانونياً ومسموحاً به في المدرسة.

أن يكون مقبولاً لدى الأبوين.

ألا يتعارض مع احترام الذات والآخرين.

رؤية

2030

المملكة العربية السعودية
KINGDOM OF SAUDI ARABIA

سنُرسخُ القيمَ الإيجابية في شخصيات أبنائنا عن طريق المنظومة التعليمية والتربوية بجميع مكوناتها.

نشاط (٣)

المشكلة

في أثناء استخدامك جهاز الحاسوب لإنجاز المهمة الأدائية المطلوبة منك حرك أحد زملائك الطاولة فسقط الجهاز وانكسرت شاشته، ما القرار السليم الذي ينبغي أن تتخذه في هذه الحالة، مراعيًا الأمور الواجب مراعاتها عند اتخاذ القرار؟

خطوات نحو الحل

الاستعانة بالمعلم

الحل

أطلب من معلمي المساعدة في تصليحه وإرساله إلى جهة الصيانة

مواقف حيوية

تعدُّ الهيئة العامة للترفيه إحدى المبادرات المنبثقة من رؤية المملكة العربية السعودية ٢٠٣٠، وقد تأسست بالأمر السامي في ٣٠ رجب ١٤٣٧ هـ الموافق ٧ مايو ٢٠١٦ م، بهدف تطوير قطاع الترفيه وتنظيمه ودعم البنية التحتية في المملكة، وذلك بالتعاون مع مختلف الجهات الحكومية والقطاع الخاص، وفق إستراتيجيتها المعتمدة، الهادفة إلى المساهمة في تحسين جودة الحياة في مملكتنا الحبيبة.



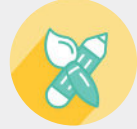
بعد نجاح الأبناء في دراستهم واقترب موعد الإجازة الصيفية، اجتمع أفراد الأسرة لاختيار مكان جميل يقضون فيه إجازتهم، وبعد مناقشات طويلة حول مزايا السفر إلى خارج المملكة وعيوبه، اتفق الجميع على اتخاذ القرار المناسب وهو اختيار إحدى مناطق بلادنا الغالية ليَقضوا فيها إجازة ممتعة في مكان آمن يتنقلون ما بين أماكنها الدينية والتاريخية.

كَانَ الرَّسُولُ ﷺ يَسْتَشِيرُ وَيَسْتَخِيرُ قَبْلَ اتِّخَاذِ الْقَرَارِ، هَلْ تَعْرِفُ
دَعَاءَ الْاسْتِخَارَةِ؟ ذَكِّرْ بِهِ زُمَلَاءَكَ فِي الصَّفِّ.

عندما يُطرحُ علينا سؤالٌ له عدةُ إجاباتٍ نجدُ أنفسنا في موقفٍ يتطلبُ الاختيارَ واتخاذَ القرارِ،
أما إذا كانَ السؤالُ له إجابةٌ واحدةٌ صحيحةٌ فلا يحتاجُ الموقفُ إلى اتخاذِ قرارٍ.

نشاط (٤)

اقترحْ معَ زملائك في المجموعة أمثلةً على أسئلةٍ كلٍّ منها له إجابةٌ واحدةٌ فقط،
واعرضها أمامَ باقي المجموعاتِ في الصفِّ.

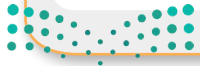


نشاط (٥)

أذكرْ قراراً اتخذتهُ في حياتك. ما مدى صحةِ قرارك في ضوءِ المعلوماتِ
السابقة؟



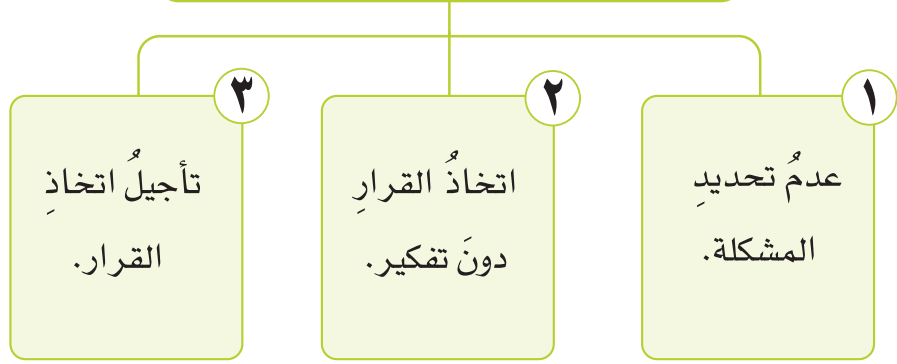
اتخذت قرار في أن أُمح من أخطأ بحقي
كان قرار صائب، كان له أثر إيجابي





للتمكن من تحديد المشكلة
وتصل إلى جذورها اطرح
خمسة أسئلة تبدأ بـ لماذا.
واحرص أن تكون إجاباتك
ضمن قدراتك حتى لا تسد
باب الحلول على نفسك.

أساليب غير فعالة في اتخاذ القرار:



أسرتي العزيزة



فواز: مشكلتي عدم إنجازي للمهام الأدائية في الوقت المناسب، لماذا يا ترى؟

فواز: حتماً لأن الوقت لا يكفي؟ ولكن لماذا لم يكفي الوقت؟

فواز: ربما لانشغالي بالجهاز اللوحي، ولماذا أنشغل بجهاز اللوحي؟

فواز: أنشغل مع أصدقائي عن بُعد ببرامج الألعاب الإلكترونية، ولماذا ألعب مع أصدقائي

لفتترات طويلة؟

يجب أن أسأل نفسي
لماذا؟



فواز: لأن الوقت في يومي غير منظم.

فواز: الآن فهمت سبب المشكلة. لماذا لا أضع خطة لتوزيع أوقاتي بين المهام

الأساسية والواجبات المدرسية واللعب وممارسة الهوايات؟

فواز: الآن سأخذ قراري وأحرص على تطبيقه لأتمكن من حل المشكلة بمشيئة

الله.

نشاط (٦)



كيف يمكن التعامل مع المشكلات التي لا حل لها من وجهة نظرك؟

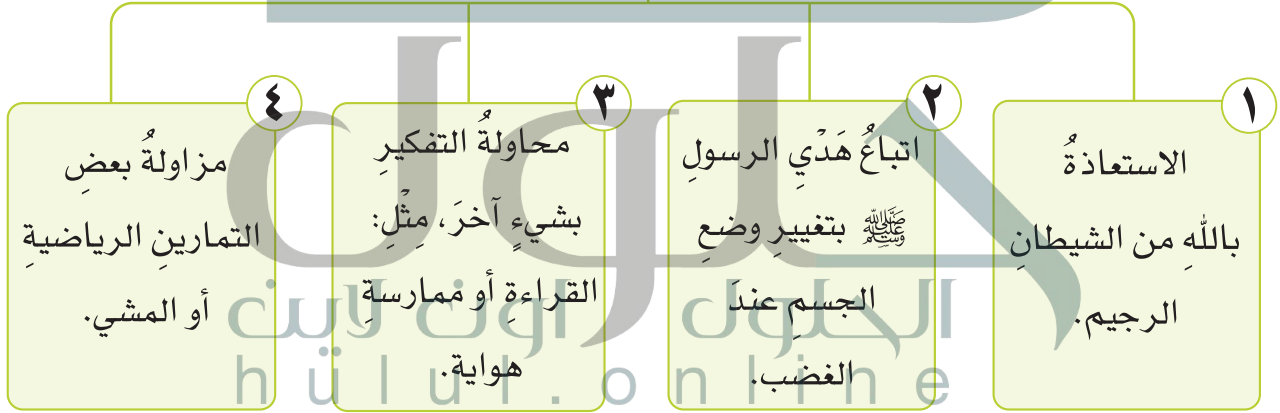


□ ثانيًا: التعاملُ معَ مشاعرِ الغضبِ والخجلِ:

أ الغضب:

عندما نغضبُ تتسارعُ ضرباتُ القلبِ وقد نفقدُ الشهيةَ للطعامِ أو نسرفُ في تناوُلِهِ، ويبدو ذلكَ بوضوحٍ في تعابيرِ الوجهِ ولغةِ الجسدِ، وكظمُ الغيظِ من القيمِ السمحةِ في ديننا الإسلامي الذي يأمرنا نحنُ المسلمين بالتسامحِ والتعايشِ معَ الآخرين برِّفق، لذا يجبُ أن نتعلمَ كيفَ نتعاملُ معَ هذه المشاعرِ بالطريقةِ الصحيحةِ لنحافظَ على صحتنا ونتجنبَ أمورًا لا تُحمدُ عُقباها ونعيشَ سُعداءَ في حياتنا.

كيف نتخلصُ منَ الشعورِ بالغضب؟





« إن الله تعالى وهبنا العقل
 لنميز بين الخير والشر،
 ونصبح قادرين على الصبر
 وضبط النفس عند الغضب
 فلا نقع في مشكلات كبيرة قد
 نتأذى منها، ويجب علينا عند
 استمرار هذا الشعور التحدث
 مع أحد الوالدين أو الموجه
 الطلابي أو الأصدقاء ؛ لنجد
 المساعدة في حل هذه المشكلة.

ليلي فتاة سريعة الغضب، لها زميلة كانت تنعتها ببعض
 الصفات الذميمة، وذات يوم لم تستطع تجاهل إساءة زميلتها
 المتكررة لها، فقامت بضربها حتى سقطت على الأرض.

هل توافق ليلي على تصرفها؟

هل ترى أن عليها نصح زميلتها بعدم الاستهزاء بخلق الله؟

هل كان ينبغي أن تتجاهلها ولا تغيرها اهتماماً؟

لا، هذا تصرف خاطئ



« عن سليمان بن صرد رضي الله عنه أن رسول
 الله ﷺ قال: «إني لأعلم كلمة لو
 قالها لذهب عنه ما يجد، لو قال:
 أعوذ بالله من الشيطان الرجيم
 ذهب عنه ما يجد»^(١).

نشاط (٧)



عَدُّ مخاطر الغضب بوصفه سلوكاً غير مرغوب فيه، موضحاً آثاره السلبية عليك وعلى الآخرين، مع ذكر دليل النهي عنه من السُّنة النبوية؟

يعد الغضب بداية الوقوع في الجريمة
 يؤدي الغضب على ارتفاع ضغط الدم
 السكتة الدماغية
 مشاكل في الجهاز التنفسي

نشاط (٨)

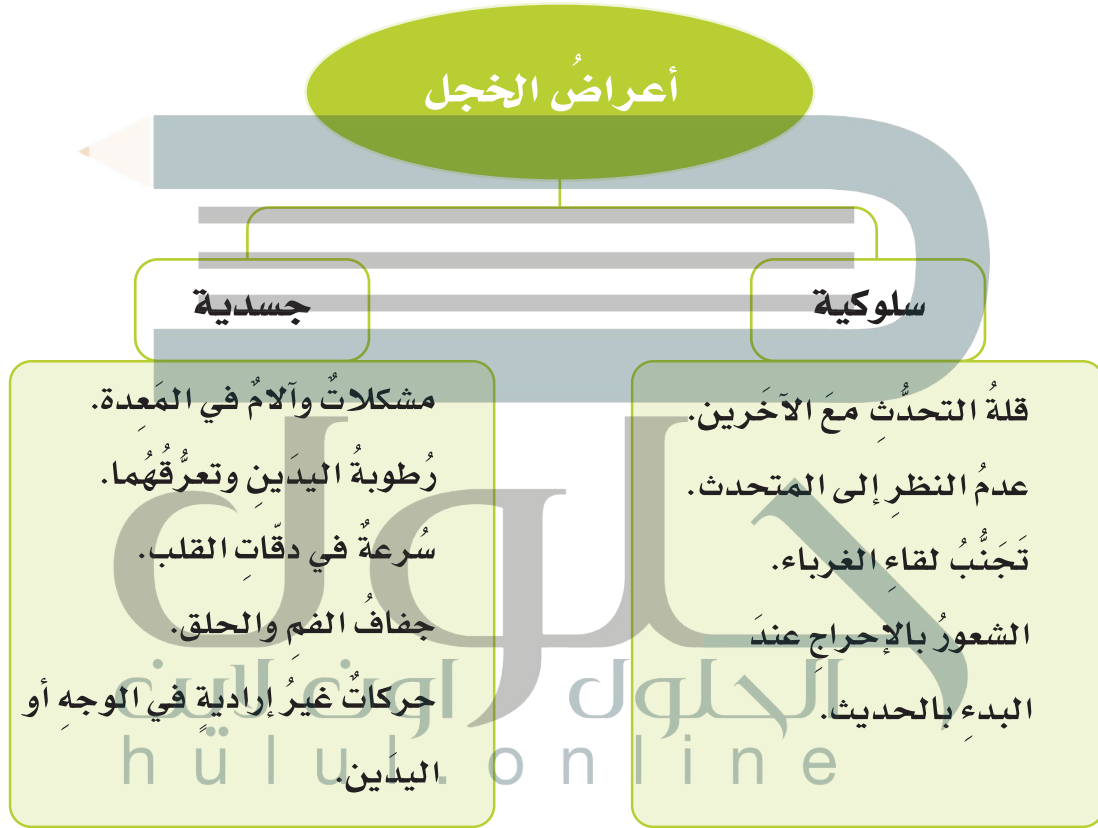


شارك زملاءك في المجموعة بتمثيل حالات الفرح والبكاء والغضب، ثم لاحظ تعابير وجوهك ووجوه زملائك في كل حالة، واختَر أفضلها واحرص على أن يكون سلوكاً في حياتك.



ب الخجل:

هو ما يعتري الإنسان من الإحساس بالحرج والنقص أو من شعور أليم صادر عن الشعور بالذنب لخطأ ارتكبه.



الخطوات التي تساعد في التخفيف من الشعور بالخجل:

- ١ المبادرة بالتحية
والحديث،
والاستماع إلى
المتحدث.
- ٢ محاولة طرح الأسئلة
على المتكلم حول
حديثه، لأنها طريقة
جيدة للدخول في
النقاش.
- ٣ الاشتراك في الأنشطة
المدرسية؛ لاعتياد
الحديث بطلاقة.

أسرتي العزيزة



عزيزي الأب / عزيزتي الأم: ناقشا ابنكما في موقفٍ شعرَ فيه بالخجل، وأرشدها لـ كيفية
تلافي ذلك مُستقبلاً.

تطبيقات عامة

١ ضَع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة، وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة فيما يأتي:

- إذا كان السؤال له إجابة واحدة صحيحة فإن الإجابة تحتاج إلى اتخاذ قرار. (X)
- قدرة الفرد على التخيل تُساعده على اتخاذ قرار سليم. (✓)
- معرفة الإمكانيات المتوافرة تساعد الفرد على اتخاذ القرار السليم. (✓)
- تعرق اليدين من أعراض الغضب. (X)

٢ اقترح أفكارًا تساعد على التخفيف من الشعور بالخجل.

النظر إلى من أتحدث إليهم مباشرة وعدم النظر إلى شيء آخر
عدم التواجد بشكل منفرد ومحاولة الاندماج مع الأهل والأصدقاء
التحدث بصوت ليس بالمرتفع وليس بالمنخفض

٣ ضَع علامة (✓) أمام السؤال الذي تتطلب الإجابة عنه اتخاذ القرار:

- كم يبلغ عمرك الآن؟ ()
- كيف تقضي وقت فراغك؟ (✓)
- كم عدد الطلاب في صفك؟ ()
- ما الأطعمة التي يمكن أخذها في نزهة برية؟ (✓)



٤ اِبحث في مكتبة المدرسة عن قصّة، ثم حدّد المشكلة فيها، واشرح حلوّاً مناسباً لها، وناقش مع معلمك النتائج المتوقّعة من هذه الحلول للوصول إلى قرار مناسب لها.

قرأت قصة جحا وابنه الحمار ووجدت أن المشكلة تنحصر في صعوبة إرضاء الناس من حولنا طالما انشغلنا بإرضائهم لذا توصلت إلى حل لهذه المشكلة وهو أنه طالما أن الإنسان يعمل الصواب فلا ينتظر تقدير الآخرين بل رضا رب العالمين

٥ اِملأ الفراغات الآتية:

أ الخطوات المُتَّبَعَةُ قبل اتخاذ القرار:

التفكير في الاختبارات التي يمكن أن تستخدم في تحقيق الأهداف المطلوبة
المقارنة بين مميزات الاختيارات المعروضة والمفاضلة بينها
اتخاذ القرار المناسب بناء على المقارنة السابقة

ب العوامل التي تساعد على اختيار القرار السليم:

المقدرة على التخيل
معرفة الإمكانيات المتوفرة
التاني

ج للتخلص من الشعور بالغضب:

الاستعاذة بالله من الشيطان الرجيم ثم الوضوء
محاولة الإمكانيات المتوفرة
مزاولة التمارين الرياضية



٦ اتَّبِعْ هَدْيَ الرَّسُولِ ﷺ فِي السَّيْطَرَةِ عَلَى مَشَاعِرِكَ عِنْدَ الشُّعُورِ بِالْغَضَبِ، فَعَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ قَالَ: «لَيْسَ الشَّدِيدُ بِالصُّرْعَةِ، إِنَّمَا الشَّدِيدُ مَنْ يَمْلِكُ نَفْسَهُ عِنْدَ الْغَضَبِ»^(١).
أَجْرُ الْعَمَلِيَّاتِ الرِّيَاضِيَّةِ وَضَعَ الْكَلِمَةَ النَّاتِجَةَ فِي الْفَرَاغِ حَتَّى تَعْرِفَ الْكَلِمَةَ النَّاقِصَةَ.

١ = ١ ٢ = هـ ٣ = ر ٥ = ل ٦ = ص ٧ = ب ٤ = ع

الحرف المقابل للنتيجة

الحل الرياضي

ب

$$= 28 - 35$$

ا

$$= 78 - 79$$

ل

$$= 172 - 177$$

ص

$$= 98 - 104$$

ر

$$= 89 - 92$$

ع

$$= 77 - 81$$

ة

$$= 189 - 191$$

بالصرعة

الكلمة الناتجة:



٧ ضع أسماء الصور ومرادفات الكلمات داخل المربعات بمساعدة الأسهم.

	ك	ث	ا	ب		ع		حرف جازم
ط	عكس التهي			ق	ف	ص		ل
ب	ب	مادة حلول	خ	ر	و	ف		م
	د			ة	ر	و	ك	
الماضي من ياكل	ا	ك	ل	تد برد	ح	ر		ع
	الصوت المصاحب للبرق	ر	ع	د	جمع كلمة حرف			د
			ج		ظ	ر		ف
	ه	د	ي	ه	ا	ف		ظ
		ب	الفل المضارع من جعل	ه	د	ر	و	

ثم اجمع أحرف المربعات المُرَقَّمة حتى تصل إلى الكلمة الناقصة في الجملة الآتية:

إنَّ النِّهايةَ الطَّبيعيَّةَ لِلخَجَلِ الشَّدِيدِ هِيَ الشُّعُورُ.....**بالوحدة**.....وَالانْعِزَالُ عَنِ الْمَجْتَمَعِ



وحدة مجتمعي

أَتَعَلَّمُ لُغَةَ الْإِشَارَةِ بِشَغَفٍ؛ حَتَّى أَتَوَاصَلَ مَعَ زُمَلَائِي / زَمِيلَاتِي مِنَ الصُّمِّ،
وَأَنَا قَادِرٌ - بِتَوْفِيقِ اللَّهِ - عَلَى إِتْقَانِهَا بِكِفَاءَةٍ عَالِيَةٍ.





حلول
الجلول اون لاين
hulul.online



أدُون مَلُحُوظَاتِي

