

تم تحميل وعرض المادة من



موقع مادتي هو موقع تعليمي يعمل على مساعدة المعلمين والطلاب وأولياء الأمور في تقديم حلول الكتب المدرسية والاختبارات وشرح الدروس والملاحظات والتحاير وتوزيع المنهج لكل المراحل الدراسية بشكل واضح وسهل مجاناً بتصفح وعرض مباشر أونلاين وتحميل على موقع مادتي

حمل تطبيق مادتي ليصلك كل جديد



ملخص مادة المهارات الحياتية

لمعلم المادة

المرحلة الثانوية / مسارات

إعداد المعلمة : وردة عسيري

## الوحدة الأولى

### الدرس الأول : مهارة تحديد الأهداف الشخصية

#### مفهوم تحديد الأهداف الشخصية:

هي التفكير بشكل مركز، لتحديد الغاية من أداء الاعمال والمهام التي نرغب القيام بها للوصول الى النتيجة والغاية التي نسعى لتحقيقها

#### خطوات رحلة تحديد الأهداف:

- ١-تحديد الأهداف.
- ٢-تجزئة الهدف العام الى أهداف مرحلية.
- ٣-إعادة ترتيب الأهداف.
- ٤-تحديد الإجراءات والوسائل لتحقيق الهدف.
- ٥-التحقق والمتابعة والتقييم.

#### فوائد تحديد الأهداف:

- ١-زيادة التركيز.
- ٢-تحسين الأداء وتطويره.
- ٣-التغلب على الضغوط والتسويق.
- ٤-الشعور بالرضا والسعادة.

#### ما تحتاج اليه لاكتساب مهارة تحديد الأهداف:

- ١-القدرة على التركيز المباشر والتحديد الواضح للأهداف.
- ٢-القدرة على تنمية الذات والتخطيط لإدارة الوقت.
- ٣-القدرة على توقع النتائج وتقييمها.
- ٤-القدرة على صنع القرار واتخاذ.

## الدرس الثاني

### إدارة الصراع

**مفهوم الصراع:** يعرف الصراع إجرائياً بأنه عمل مقصود من طرف ما؛ يؤثر سلباً على قدرة الطرف الآخر ويعيق تحقيق أهدافه وخدمة مصالحه.

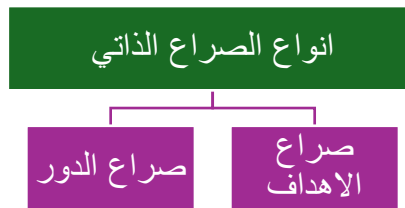
#### أسباب الصراع:

- ١- سوء الفهم نتيجة ضعف التواصل مع الآخر.
- ٢- التعصب للرأي.
- ٣- اختلاف الأهداف والحاجات.
- ٤- ضغط العمل.
- ٥- تعارض المصالح.
- ٦- سوء التنظيم.
- ٧- التمييز في الاسرة.

#### مظاهر الصراع:

- ١- حدة في الصوت.
- ٢- انفعال عند النقاش والحوار.
- ٣- التلطف بألفاظ نابية (غير مناسبة).
- ٤- تكوين اتجاه سلبي نحو الطرف الآخر.
- ٥- التحول من مناقشة الأفكار الى التعرض للسمات الشخصية.

#### أنواع الصراع الذاتي:



#### للصراع الذاتي نوعان هما: صراع الأهداف وصراع الدور

**صراع الأهداف:** وله ٣ أنواع هي:

- ١- صراع (الاقدام -الاقدام): يكون بين هدفين مرغوب فيهما بالدرجة نفسها.
  - ٢- صراع (الاقدام – الاحجام): صراع بين هدفين متعارضين أحدهما إيجابي والآخر سلبي.
  - ٣- صراع (الاحجام-الاحجام): صراع بين هدفين سلبيين وغير مرغوب فيهما.
- صراع الدور:** يظهر نتيجة لتعدد الأدوار وما يتصل بها من مهام ومسؤوليات في الحياة اليومية.

## مهارات إدارة الصراع:

- ١- القدرة على تقبل الاختلاف.
- ٢- استخدام الحوار لتقريب وجهات النظر.
- ٣- التعامل مع المواقف بشيء من الحكمة.
- ٤- البحث عن حل وسط وقاعدة مشتركة عند وجود مشكلة.
- ٥- معاملة الآخر كما تحب أن تحب.

حتى تتحقق تلك المهارات يجب أن يكون الفرد قادراً على:

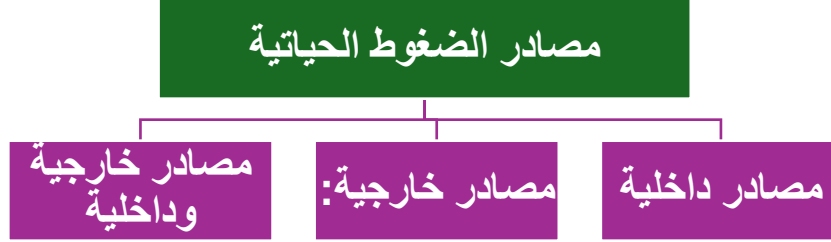
- ١- الاستماع الحسن.
- ٢- التحكم في الغضب.
- ٣- احترام الرأي الآخر.
- ٤- العمل ضمن فريق.
- ٥- التماس الاعذار وحسن الظن.
- ٦- الصبر.
- ٧- التفاوض والمناقشة.
- ٨- التواصل الجيد والتفاعل الإيجابي مع الآخرين.
- ٩- كظم الغيظ.

## الدرس الثالث

### التعامل مع الضغوط الحياتية

**مفهوم الضغوط الحياتية:** هي مجموعة القوى الداخلية والخارجية التي تؤدي استجابة انفعالية حادة ومستمرة.

**مصادر الضغوط الحياتية:**



- 1- **مصادر داخلية:** مصادرها داخلي في المعتقدات والانفعالات وتشمل الإصابة بالأمراض -الشعور بالوحدة -التغيرات الفسيولوجية.
- 2- **مصادر خارجية:** تشمل الاحداث الخارجية في البيئة المحيطة بالفرد مثل: المشكلات المالية -المشكلات الاسرية – الازدحام -مشكلات العمل.
- 3- **مصادر خارجية وداخلية:** هنا تتفاعل الاحداث الخارجية والداخلية معاً لإحداث الشعور بالضغوط الحياتية.

**كيف نواجه الضغوط الحياتية؟**

- 1- الايمان بالقدر خيره وشره.
- 2- الصلاة.
- 3- إدارة المشاعر.
- 4- الاسترخاء.
- 5- ممارسة الرياضة.
- 6- حاول ان تتعامل مع أفكارك السلبية.
- 7- العلاج النفسي.

## الدرس الرابع

### المرونة النفسية

**مفهوم المرونة النفسية:** تتضمن المرونة النفسية العديد من الأفكار والسلوكيات والأفكار والاعتقادات والأفعال والإجراءات التي يمكن تطويرها عند الفرد من خلال معالجة الأفكار والتعامل معها بدلا من الانفعال والعجلة في التصرف تحت تأثير المشاعر خلال الازمة.

أمثلة على الصعوبات التي قد تواجهنا في الحياة وتحتاج منا التمتع بقدر من المرونة النفسية لتجاوزها:

١-المشكلات الاجتماعية (الطلاق او الانفصال).

٢-فقدان الوظيفة.

٣-الضغوط المالية.

٤-المشكلات الصحية الخطيرة.

٥-وفاة أحد المقربين.

٦-الكوارث الطبيعية.

٧-الحوادث الصادمة.

**مراحل المرونة النفسية:**

١-يرفض الشخص المرن الاستسلام للشعور السلبي للكارثة التي يمر بها.

٢-يتولد في نفسه شعور التحدي والرغبة في الخروج من هذه المشكلة.

٣-يبني لنفسه صورة ذاتية قوية من أجل حمايتها من الشفقة التي قد يشعر بها من بعض الأشخاص المحيطين.

٤-يميل المرن الى تطوير نوع من السخرية والحس الفكاهي؛ للتخفيف من حدة المشكلة.

**صفات الأشخاص الذين يتمتعون بالمرونة النفسية:**

١-الاستبصار.

٢-الابداع والتحدي.

٣-روح الدعابة وادخال السرور للنفس.

٤-القدرة على تكوين علاقات.

٥-امتلاك الصحة النفسية الجيدة.

٦-التمتع بنظرة إيجابية عالية.

٧-القدرة على تحمل المسؤولية.

٨-قبول النقد البناء.

٩-التعلم من الأخطاء.

١٠-التسامي الأخلاقي.

# أبعاد المرونة النفسية

التكيف

التعامل

البعد الأول: التعامل

تظهر هذه المهارة عند التعامل مع الصعوبات والمخاطر وكل ما يشكل خطراً على حياة الفرد.

البعد الثاني: التكيف

التكيف عملية ديناميكية مستمرة يلجأ إليها الفرد لكي يغير من سلوكه، وليحدث علاقة متوازنة مع البيئة.

**المرونة النفسية وعلاقتها بالصحة النفسية:**

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

ولتكون لديك شخص متكيف ولديك مرونة نفسية يمكنك القيام بما يأتي:

١- عزز تواصلك مع الآخرين.

٢- حافظ على صحة جسمك.

٣- اختر أهدافاً متعددة النفع.

٤- عزز الأفكار الإيجابية والصحية.

٥- اطلب المساعدة المتخصصة.

## الدرس الخامس

### التعاون

**تعريف التعاون:** هو تفاعل إيجابي بين اثنين أو أكثر، يكون كل منهم مستعداً للمشاركة في سبيل انجاز أمر ما متفق عليه.

**فوائد التعاون:**

١-يساعد على تبادل المعلومات.

٢-يسهم في توفير الوقت والجهد والمال.

٣-يرتقي بالإنسان بعيداً عن الانانية وحب الذات.

**تعريف العمل ضمن الفريق:**

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

**عوامل نجاح فريق العمل:**

١-التجانس: أن يكون للأعضاء الأهداف والتوجهات والرؤى نفسها.

٢-تحديد الهدف: وضوح الهدف المراد تحقيقه لجميع الأعضاء.

٣-تحديد الأدوار: أن يعرف كل عضو دوره في المهمة المراد تحقيقها.

٤-الالتزام: أن يلتزم جميع الأعضاء بتحقيق الهدف.

٥-تحمل المسؤولية: أن يكون جميع الأعضاء على قدر كبير من تحمل المسؤولية.

٦-تقاسم القيادة: أن يكون كل عضو قائداً في مجاله.

## الوحدة الثانية: مهارات التفكير

### الدرس الأول

#### مهارات التفكير الأساسية

**مفهوم التفكير:** هو نشاط عقلي معرفي يعمل على إعطاء المثيرات البنائية معنى ودلالة من خلال البنية المعرفية؛ لتساعد الفرد على التكيف والتلاوم مع ظروف البيئة.

**تطوير التفكير يحقق المنافع الآتية:**

١-منفعة ذاتية:

٢-منفعة اجتماعية عامة:

٣-منفعة صحية نفسية:

٤-منفعة دفاعية:

**مستويات التفكير:**

المستوى الأول (التفكير الأساسي):

يتمثل في النشاطات العقلية غير المعقدة (المعرفة - الاستيعاب - التطبيق).

المستوى الثاني (التفكير المركب):

يتمثل في النشاطات العقلية الأكثر تعقيداً (التحليل - التركيب - التقويم)

**مهارات التفكير الأساسية:** هي مهارات مهمة تكسب الانسان النضج والحكمة وحسن التصرف وتجنبه المخاطر وتعدده لحياة مستقرة وكريمة.

### مهارات التفكير الأساسية



**التركيز:** حصر الاهتمام في موضوع معين

**التذكر:** عملية عقلية يقوم بها الفرد لاسترجاع المعلومات المتعلقة بموضوع معين حين حاجته لهذه المعلومة.

**التنظيم:** عملية عقلية تهدف الى ترتيب المعلومات حسب الموضوع الأساسي لها.

**التحليل:** تقسيم الفكرة الى أفكار أصغر لفهم العملية التي تحدث بها بشكل واقعي ومنطقي.

**التركيب:** من المهارات المتقدمة لدى الانسان، حيث يصبح الفرد قادراً على ربط المعلومات ببعضها ودمج الأفكار لإنتاج أفكار جديدة.

**الربط:** عملية عقلية تستدعي الأفكار لجانب بعضها بعضاً وإيجاد العلاقات بين الفكرة والأخرى.

**التقييم:** هو المرحلة العليا والنهائية في التفكير حيث يحصر الفرد كل ما قام به ويقيمه من خلال أدوات متعددة، أهمها أدوات القياس العلمي.

## الدرس الثاني

### مهارة معالجة الأفكار

**مفهوم مهارة معالجة الأفكار:** هي طريقة من طرق التفكير العلمي يتم من خلالها تعزيز إدراك فكرة معينة من خلال تحليل أعمق لها وفهمها والكشف عن جوانبها الإيجابية والسلبية والمثيرة.

#### المفاهيم المرتبطة بمهارة معالجة الأفكار:

- ١- إيجابي: أشياء جيدة في الفكرة أي لماذا نفضلها؟
- ٢- سلبي: أشياء سيئة عن الفكرة، أي لماذا نرفضها؟
- ٣- مثير: أشياء تجذب وتلفت الانتباه وليس ملزماً الأخذ بها.

#### خطوات تطبيق مهارة معالجة الأفكار:

- ١- عرف الفكرة أو الموقف الذي ترغب في معالجته.
- ٢- سجل قائمة تحوي الابعاد الإيجابية للموقف أو الفكرة.
- ٣- سجل قائمة تحوي الابعاد السلبية للموقف أو الفكرة.
- ٤- سجل قائمة تحوي الابعاد المشوقة في الموقف أو الفكرة.
- ٥- تفحص كل ما سبق ووازن النتائج.
- ٦- اتخذ القرار للتبني أو الرفض.

#### ما تحتاج اليه لمعالجة الأفكار:

- ١- القدرة على الملاحظة.
- ٢- القدرة على النقد.
- ٣- القدرة على التمييز.
- ٤- القدرة على التحليل.
- ٥- القدرة على التقييم.

## الدرس الثالث

### مهارة إدارة حل المشكلات واتخاذ القرار

**مفهوم المشكلة:** هي شعور بوجود صعوبة ما، أو مواقف ينتج عنها حالة من التناقض والارتباك وعدم الارتياح.

**مفهوم مهارة حل المشكلات:**

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

**مفهوم اتخاذ القرار:**

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

**خطوات حل المشكلات واتخاذ القرار:**

تحديد المشكلة



جمع كافة المعلومات و مراجعة الخبرات السابقة المرتبطة بالمسألة



وضع الفرضيات



خطة أو أكثر لحل المشكلة ( الفرضيات )



مراجعة الخطط الموضوعية ( الفرضيات )



ترجيح الفرضية المحققة للأهداف و استبعاد غيرها



التوصل للحل و اتخاذ القرار

## الوحدة الثالث: تنمية الوعي المجتمعي

### الدرس الاول

### تطبيق النظام والمحافظة عليه

**مفهوم النظام:** مجموعة من القوانين والمبادئ والتشريعات والأعراف التي تقوم عليها حياة الفرد والمجتمع، وبها تنظم الأمور وتقرر الحقوق والواجبات وبموجبها يجرم المخالفون.

**عناصر النظام:**

الزامي	مقنن	الوظيفة
• مرتبط بفكرة الجزاءات و العقوبات	• له معايير و قواعد ضابطة	• لكل نظاموظيفة تؤدي الى الاشباع و التناسق.

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

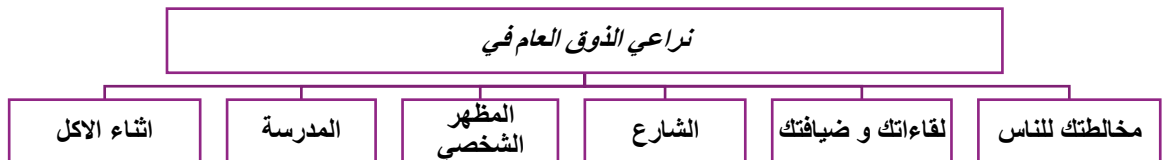
الجانب	المصدر	القرآن الكريم	السنة النبوية
السياسة	قال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا أَطِيعُوا اللَّهَ وَأَطِيعُوا الرَّسُولَ وَأَطِيعُوا أَوْلِي الْأَمْرِ مِنْكُمْ﴾ (النساء: ٥٩). قال تعالى: ﴿يَسْتَأْذِنُوا إِنْ جُمِعَتِكَ حَرْبَةٌ فِي الْأَرْضِ فَاحْكُم بَيْنَ النَّاسِ بِالْحَقِّ﴾ (ص: ٢٦).	قال رسول الله ﷺ: «لا يحل لثلاثة أن يكونوا بأرض فلاة إلا أمروا عليهم أحدهم» مسند أحمد: رقم ٦٣٦٠.	
الاقتصاد	قال تعالى: ﴿وَأَحَلَّ اللَّهُ الْبَيْعَ وَحَرَّمَ الزُّبْنَ﴾ (البقرة: ٢٧٥). قال تعالى: ﴿وَلَا تَأْكُلُوا أَمْوَالَكُمْ بَيْنَكُمْ يَأْكُلُ الْيَاطِلُ وَيُذَلُّوا بِهَا إِلَى الضَّكَّاءِ لَتَأْكُلُوا مَرِيضًا مِنْ أَمْوَالِ النَّاسِ﴾ (البقرة: ١٨٨).	قال رسول الله ﷺ: «أخترت ملعون» سنن ابن ماجه: رقم ٢١٤٤. «لا يبيع أحدكم على بيع أخيه» سنن النسائي: رقم ٤٤٢٧. «البيعان بالخيار ما لم يتفرقا» صحيح البخاري: رقم ١٩٣٧.	
التعليم	قال تعالى: ﴿وَلَوْ قَالَ ثَمُونٌ لَأَنْتُمْ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ أَكْفَرُ عَلَىٰ غُلُوبِ الْعَالَمِينَ﴾ (الزمر: ١٢).	قال رسول الله ﷺ: «طلب العلم فريضة» سنن ابن ماجه: رقم ٢٢٠.	
الإدارة	قال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِرَبِّكُمْ فَاسْتَجِبْ لَهُمْ يَوْمَ تَأْتِي السَّمَاءُ بِسُحُبٍ مُخْتَلِفًا أَلْوَانًا وَيَخْرُجُ مِنْهَا كَمَا تَخْرُجُ السَّحَابُ﴾ (الأنعام: ١٦٥).	قال رسول الله ﷺ: «من ولي من أمر الناس شيئاً فاحتجب عن أولي الضعفة والحاجة احتجب الله عنه يوم القيامة» مسند أحمد: رقم ٢١٠٦٦.	

**أهمية النظام:**

- 1- ما ورد في القرآن الكريم: أن الكون وما يشمله يسير وفق نظام غاية في الاعجاز **وَأَيَّةٌ لَهُمُ اللَّيْلِ نَسْلَخُ مِنْهُ النَّهَارَ فَإِذَا هُمْ مُظْلِمُونَ** **وَالشَّمْسُ تَجْرِي لِمُسْتَقَرٍّ لَهَا ذَلِكَ تَقْدِيرُ الْعَزِيزِ الْعَلِيمِ** **وَالْقَمَرَ قَدَرْنَا مَنَازِلَ حَتَّىٰ عَادَ كَالْعُرْجُونِ الْقَدِيمِ** **لَا الشَّمْسُ يَنْبَغِي لَهَا أَنْ تُدْرِكَ الْقَمَرَ وَلَا اللَّيْلُ سَابِقُ النَّهَارِ وَكُلٌّ فِي فَلَكٍ يَسْبَحُونَ** [سورة يس: 37-40]
- 2- استخلاف الانسان في الأرض وهو وسيلة لتحقيق الرسالة والغاية (عبادة الله) وهذه الغاية لا تتحقق الا بنظام يحدد مسار المجتمعات وعلاقاتها ويضبط أوضاعها لكيلا تسود الفوضى وتنتهك الحقوق.
- 3- لابد من ضوابط وروادع للنماذج البشرية المنفعة التي تسلب حقوق الضعفاء.

**ماذا يقصد بالذوق العام:** حاسة معنوية تدعو أصحابها الى مراعاة مشاعر الآخرين وأحوالهم وظروفهم، وله أهمية في كسب تقديرهم.

**مجالات الحياة اليومية التي نراعي فيها الذوق العام:**



## مظاهر الذوق العام في الحياة الاجتماعية:

الاستئذان	عدم الرد على السفيه والشتائم	إجابة الدعوة
القصد في المشي	التجمل باللباس اللائق	عيادة المريض
خفض الصوت	مناداة الناس بأحب أسمائهم	الا يتحدث اثنان دون ثالث
افشاء السلام	اكرام الضيف	عدم إمعان النظر في الناس
طلاقة الوجه والتبسم	المصافحة	المحافظة على نظافة المكان
احترام الكبير ورحمة الصغير	تشميت العاطس	

## أسباب ضعف الذوق العام في المجتمع:

- 1- ضعف مستوى التربية الصحيحة.
- 2- ضعف دور المؤسسات التعليمية في التوعية المجتمعية.
- 3- تضائل دور القدوة الحسنة في المجتمع.
- 4- ضعف التناصح والاهتمام بتنمية الذوق العام.
- 5- التأثير السلبي لوسائل التواصل الاجتماعي.
- 6- المحافظة على نظافة المكان.

## الدرس الثاني الوطنية والمواطنة

مفاهيم:

م	المفهوم	التعريف
1	الانتماء الوطني	انتساب الفرد لوطنه فكرً وسلوكاً.
2	الوطنية	تلك العواطف القوية التي يحس بها المواطن نحو وطنه.
3	المواطنة	انتماء وموالاتة للوطن ضمن حدود الشريعة ومكارم الاخلاق.

الفرق بين حقوق وواجبات المواطن:

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

مستويات تكوين الشعور بالمواطنة:

- 1- إحساس الفرد باحترامه للروابط التي تربطه بأفراد المجتمع (الدم - الجوار - الموطن - طريقة الحياة -النظم والقوانين)
- 2- تقدير الفرد لتاريخ وطنه وجذوره الراسخة على مر العصور.
- 3- المشاركة والتفاعل الصادق مع مجتمعه ووطنه في المنشط والمكره.
- 4- السعي لكي يكون الفرد على درجة من الكفاءة (الاقتصادية والسياسية والاجتماعية) وفق هذا الشعور لخدمة وطنه.
- 5- ايمان الفرد بأهمية دوره كمواطن في التأثير في الحياة العامة. ومشاركته في اتخاذ القرارات.

العلاقة بين القيم الدينية والمواطنة:

لا تتعارض المواطنة مع القيم الدينية وتعاليم الاسلام

عوامل مساعدة على تنمية حب الوطن:

الالتزام بالرموز  
الوطنية كالنشيد  
الوطني و العلم

احترام عادات وتقاليد  
و اعراف المجتمع

الالتزام بالقوانين  
والقواعد السلوكية

استخدام اسلوب الحوار  
الواعي في حل  
النزاعات بين الافراد  
والجماعات

المشاركة في الاعمال  
التطوعية والخيرية

مهارات تساعد على تحقيق سلوك المواطنة الفاعلة:

- 1- تنمية مهارة المسؤولية الشخصية.
- 2- تنمية مهارة المسؤولية الاجتماعية.
- 3- تنمية مهارة المسؤولية تجاه الوطن.

## الدرس الثالث

### المسؤولية الاجتماعية

**تعريف المسؤولية:** إقرار المرء بما يصدر عنه من أفعال وأقوال، واستعداده العقلي والنفسي لتحمل ما يترتب على أقواله وأفعاله من نتائج

#### تعريف السلوك المسؤول:

الالتزام بأداء تكاليف نحو العمل المطلوب وفي الوقت المحدد.

#### معنى ان أكون مسؤولاً:

- 1- أن أكون ملتزماً في أداء عملي وواجبي.
- 2- أن التزم بكل ما يصدر عني من قول أو عمل.
- 3- أن اختار ما يناسبني دون الاضرار بالآخرين.
- 4- أن اجعل لكل سلوك أو تصرف معياراً احتكم اليه.
- 5- أن اتحمل تبعات ما اتخذته من إجراءات في العمل.

#### المسؤولية في علم الاجتماع:

من الضروري أن يكون مسلك الفرد موافقاً لأصول وقواعد المجتمع وعهود الافراد المتبادلة والمواثيق.

#### المسؤولية في علم النفس:

1- النظرية السلوكية تهتم بتحديد العمر العقلي والزمني الذي يكون فيه الفرد مسؤولاً عن افعاله.

2-تركز على 3 اساليب لتشكيل السلوك المسؤول: هي (الثواب – العقاب -القدوة)

#### المسؤولية المجتمعية في رؤية المملكة 2030:

تؤكد رؤية 2030 على أهمية المسؤولية المجتمعية، حيث تعتمد الرؤية على 3 محاور (المجتمع الحيوي – الاقتصاد المزدهر – الوطن الطموح) وكل محور من هذه المحاور تضمن عدداً من الالتزامات والأهداف التي تمثل نموذجاً للمسؤولية المجتمعية التي تهدف الى تحقيق التنمية المستدامة.

#### شروط تحقق المسؤولية:

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

#### المسؤولية وعلاقتها باتخاذ القرار والمواطنة:

علاقة المسؤولية بالمواطنة	علاقة المسؤولية باتخاذ القرار
تحمل المسؤولية من أهم خصال المواطنة، فالمواطنة التزام والالتزام مسؤولية	إذا أصبح الفرد مسؤولاً مسؤولية كاملة عن افعاله بات أقدر على اتخاذ القرارات، وإذا أصبح قادراً على اتخاذ القرارات فهو مسؤول عن تحمل تبعات هذا القرار.

#### المسؤولية وعلاقتها بالاعتماد على النفس والثقة والمواطنة الصالحة:

الافراد اللذين يفتقرون الى معرفة ذاتهم والاعتماد على قدراتهم هم اللذين يتهربون من المسؤولية بالانزواء والتطرف وينعزلون عن المجتمع

## الدرس الرابع

### التكيف مع الازمات الاجتماعية

**تعريف الازمة:** هي حالة توتر تنتج عن موقف طارئ ونقطة تحول في حياة الفرد والجماعة والمجتمع وتتطلب قراراً ينتج عنه مواقف جديدة تؤثر على مختلف الكيانات ذات العلاقة.

**تعريف الازمة الاجتماعية:** موقف طارئ يتعرض له الافراد أو المجتمعات ويكون له تأثير على أفعالهم وعاداتهم، ويعيق أداءهم الاجتماعي

#### صفات الازمة:

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

#### أنواع الازمات من حيث التأثير على المجتمع:

أزمات جوهريّة التأثير	أزمات محدودة التأثير
يؤثر هذا النوع من الأزمات تأثيراً واضحاً ومؤكدًا في بنية الكيان الذي يحل به مما ينعكس على أدائه	ازمة وليدة ظروفها، تحدث عادة دون أن تترك بصمات أو معالم واضحة على المجتمع الذي حدثت فيه.

#### طرق التعامل مع الازمات:

١- طريقة فريق العمل

٢- طريقة الاحتياطي

٣- طريقة المشاركة المجتمعية

٤- طريقة الاحتواء

#### الارتداد أو الارتجاع للأزمة:

قد تعود الازمة للظهور مرة ثانية بعد انتهائها وقد تكون أكثر شدة أو أقل شدة، او بطرق جديدة، لكن في المواجهة الثانية للأزمة يكون المجتمع لديه معلومات مفيدة عنها وعن طرق التعامل معها، مما يقلل خسائرها المحتملة.

## الدرس الخامس

### الترفيه والسياحة

#### العلاقة بين الترويح والترفيه:

مفهوم الترفيه: لغة: هو التنفيس عن النفس البشرية بعد الضيق.

مفهوم الترويح: هو كل نشاط يمارسه الانسان في وقت فراغه بهدف ان ينمي ويدعم قدراته واستعداداته (الجسمية -العقلية -النفسية - الاجتماعية).

#### الترفيه في الإسلام:

الشريعة الإسلامية اباحت الترويح الذي لا يتنافى مع آداب الإسلام.

#### أهمية الترفيه:

- ١-تلبية الاحتياجات الضرورية لحياة الانسان.
- ٢-الوقاية من الازمات الصحية والامراض النفسية كالقلق والاكتئاب.
- ٣-الترفيه والترويح اشتغال بالنافع المفيد.
- ٤-تنمية القيم الاجتماعية المرغوبة كالتعاون واحترام القانون واحترام حقوق الاخرين.
- ٥-تكوين وتوطيد الصداقات من خلال المشاركة في جماعة اللعب والهوايات.
- ٦-الشعور بالانتماء للمجموعة من خلال المشاركة في الفعاليات لتحقيق الأهداف مع الاخرين.
- ٧-تنمية القدرة على التفاهم مع الآخرين.
- ٨-التدريب على القيادة من خلال تبادل الأدوار في المجموعة.
- ٩-الإبداع والابتكار وتطوير الصحة العقلية.
- ١٠-إكساب الأفراد والمجتمعات خبرات ومهارات، وأنماط معرفية متعددة من خلال البرامج الترويحية.

#### ضوابط الترفيه:

- ١-أن يكون النشاط الترفيهي وسيلة وليس غاية، يمارس لشغل وقت الفراغ.
- ٢-أن يكون خالياً من المحرمات والمخالفات الشرعية والقانونية.
- ٣-الا يترتب على ممارسته تعريض النفس أو الآخرين للخطر.
- ٤-الا يتعارض وقت ممارسة النشاط الترفيهي والترويحي مع وقت الصلاة أو العبادات أو أوقات العمل الرسمي.
- ٥-الا يسبب إزعاج للآخرين.
- ٦-الا يترتب عليه إفساد أو تلوث المكان.
- ٧-ان يمارس في الأماكن المخصصة.
- ٨ أن يكون النشاط الترفيهي والترويحي مناسباً للممارسين له.
- ٩-أن يكون النشاط الترفيهي والترويحي مناسباً للذوق العام.

مفهوم السياحة: هي مجموعة من العلاقات المتبادلة التي تنشأ بين السائح وبين الأشخاص الموجودين في المكان الذي قصده السائح.

تعريف علم الاجتماع للسياحة: هي ظاهرة اجتماعية متصلة بالعلاقات الاجتماعية بين الأشخاص والاتصال الاجتماعي.

## أنواع السياحة:

سياحة التعليم والتدريب.	السياحة التاريخية.	سياحة التسوق.
سياحة الاستكشاف.	السياحة الرياضية.	سياحة الجذور والحنين للوطن.
سياحة المغامرات والمخاطر.	سياحة الصحة والنقاهاة واستعادة الشباب.	سياحة ممارسة الهوايات.
سياحة المناسبات التاريخية.	سياحة الندوات والمؤتمرات.	السياحة الجغرافية.
سياحة مراقبة الحياة البرية.	سياحة الفئات العمرية.	سياحة تنوع المقاصد السياحية.
السياحة العلاجية.	سياحة المناسبات الشخصية.	

## السياحة الوافدة:

**السياح الوافد:** هو الشخص الذي ينتقل من بلده الذي اعتاد الإقامة فيه الى بلد آخر خارج الحدود لأي غرض كان. بما لا يقل عن ٢٤ ساعة ولا يزيد عن ٣ أشهر.

## السياحة في المملكة العربية السعودية:

تتوجه أنظار الملايين من السياح الى المملكة العربية السعودية لعدة أسباب:

١- لأنها أحد الوجهات العالمية للزيارة والاستكشاف.

٢- لأنها مهد الحضارات الإسلامية.

٣- لموقعها الجغرافي الذي يربط بين القارات.

٤- لأنها تضم ثقافة غنية وتراثاً زاخراً.

في سبتمبر 2019 أطلقت المملكة العربية السعودية التأشيرة السياحية وفتحت أبوابها للترحيب بالسياح من جميع أنحاء العالم.

## التعامل مع السياح:

يجب ان يتعامل المواطن مع السياح كما يجب أن يُعامل عند السفر خارج المملكة العربية السعودية.

حسن الخلق والبشاشة	عدم المداخلة عند شرح المرشد السياحي للسياح.	تربية الأبناء على احترام السياح وعدم مضايقتهم.
كرم الضيافة وحسن الاستقبال.	عدم استغلال السياح.	تعلم بعض الكلمات الترحيبية بلغات السياح.
المبادرة بتقديم المساعدة للسياح عند طلبها	التعامل مع السياح بصدق وأمانة في البيع والشراء.	نقل صورة جيدة عند التعامل المباشر مع السياح.

تم بحمد الله