

هر پدیده ای که مشخصه های زیبایی را داشته باشد زیبا است یعنی به جا و متعادل باشد. مثلا خندیدن در هرجایی زیبا نیست و باید خندیدن متعادل باشد یعنی در مراسم خاکسپاری خندیده شود که زیبایی ندارد

● چه پدیده ها، وقایع و رفتارهایی زیبا هستند؟ چرا؟ با ارائه مثال، نظر خود را توضیح دهید.

● زیبایی انسان ها به چه چیزهایی بستگی دارد؟ چرا؟
زیبایی انسان به نوع رفتار و نگرش و منش افراد بستگی دارد چون با رفتار و خوب افراد جذب انسان میگردند
● آیا درباره زیبایی اعمال و رفتار هم اختلاف نظر وجود دارد؟
معمولا خیر در اکثر نقاط دنیا متعریف کار خوب و بد مشخص است مگر بعضی کارها که منافات با عرف ان جامعه داشته باشد

ایران نوشته
توشه ای برای موفقیت

پادرس

● معیارهای زیبا بودن موجودات چیست؟

همه موجودات خداوند زیبا هستند. در واقع خداوند زشت... و بد خلق نمی‌کند. اگر درک آن زیبایی را نداریم بدلیل کمبود دانش و درک انسان است و الا در تمام موجودات زیبایی است

● در روایت آمده است که «خداوند زیباست و زیبایی را دوست دارد.»؛ خداوند چه نوع از زیبایی را در انسان‌ها دوست دارد؟

زیبایی درونی، زیبایی در نیات و اعمال

ایران نوشته

● نمونه‌هایی از امور و پدیده‌های زیبا را نام ببرید (در هستی، اجتماع، زندگی انسان‌ها).

در هستی: طلوع، غروب، خورشید، بارش، باران، و برف.
در اجتماع: گردهمایی مردم به مناسبت‌های مختلف، جشن‌های مذهبی و باستانی
در زندگی: تولد، ازدواج، کمک به دیگران

فعالیت تکمیلی در کلاس

درستی و نادرستی جمله‌های زیر را مشخص کنید؛ پاسخ‌های خود را با پاسخ‌های هم‌کلاسی‌هایتان مقایسه کنید و درباره دلایل انتخاب خود گفت‌وگو کنید.

ردیف	جمله	درست	نادرست	نمی‌دانم
۱	همه موجودات و پدیده‌ها، با حواس انسان قابل شناخت هستند.		✓	
۲	گاهی انسان‌ها در شناخت به وسیله حواس پنجگانه، دچار اشتباه می‌شوند.	✓		
۳	موجوداتی وجود دارند که آنها را با حواس پنجگانه نمی‌توان شناخت.	✓		
۴	انسان برخی از پدیده‌ها را به وسیله فکر و عقل می‌شناسد.	✓		
۵	عقل برای شناخت امور و پدیده‌ها کافی است.		✓	
۶	انسان چه از طریق حواس پنجگانه و چه از طریق عقل نمی‌تواند تمام اسرار جهان را بشناسد.	✓		
۷	گاهی انسان حقایق عالم غیب را بدون دیدن با چشم، به روشنی و وضوح درک می‌کند.	✓		

..... استرس چیست و راههای مقابله با آن چیست؟

سه مورد از پرسش‌های هم‌کلاسی‌های خود را که برای شما جالب بود، بنویسید.

۱) عنوان یا پرسش مهمترین هدفی است که محقق یا پژوهشگر به دنبال یافتن پاسخ با رابطه‌ی آن در پژوهش است و پژوهشگر تلاش میکند تا با مطالعات آزمایشات و یا جمع‌آوری اطلاعات از طریق مشاهده مصاحبه.. و پاسخ سوال یا عنوان خود را بیابد (۲) هدف کلی از پژوهش رسیدن به پاسخ‌های سوالات پژوهش است اما هدف یا اهداف هر پژوهش به صورت خاص دست یافتن به پاسخ سوالات ذهن پژوهشگر است اهداف را میتوان به صورت کلی و جزئی مرتب کرد

۳) شیوه‌های جمع‌آوری اطلاعات برای پژوهش متفاوت است و بستگی به سوال پژوهش و عنوان دارد گاهی با پرسش نامه و پرسیدن آنها توسط افراد خاص گاهی با مصاحبه و مشاهده و گاهی هم با مطالعه در کتب دیگر میتوان اطلاعات را جمع‌آوری نمود البته گاهی هم باید با تلفیق روشهای بالا به نظر مطلوب رسید

۴) از دوربین برای تصویر برداری (به صورت عکس یا فیلم) گاهی (برای یادداشت برداری) از برگه‌های تحقیق و گاهی از ضبط صوت برای ضبط صداها یا سخنرانی‌ها و بعضی اوقات هم فرم‌های مخصوص نظر سنجی و..

طرح پژوهش



عنوان یا پرسش پژوهش :

جمله خبری: بررسی عوامل ایجاد کننده خشونت در دانش آموزان
جمله پرسشی: چه عواملی موجب خشونت دانش آموزان میشود؟

هدف یا اهدافی که از انجام پژوهش داریم :

- ۱) شناسایی عوامل
- ۲) شناسایی تأثیرات مخرب روانی و جسمی بر روی دانش آموزان
- ۳) آموزش مهارت ارتباطی صحیح

شیوه‌ای که برای گردآوری اطلاعات به کار می‌بریم :

حداقل ۱۰۰ نفر از دانش آموزان هم سن و با بهره هوشی یکسان را
به صورت تصادفی انتخاب میکنیم

ایران نوشته
نوشته‌ای برای موفقیت

ابزاری که برای ثبت اطلاعات استفاده می‌کنیم :

پرسشنامه پر خاشگری، تست هوش ثبت لحظات مصاحبه با فیلم برداری
استفاده از مقالات علمی

● من فکر می‌کنم :

اختیار در معنای وسیع آن به این معنی است که کسی کاری را تنها از روی میل و رغبت خود انجام دهد بی آنکه از سوی عوامل دیگری تحت فشار باشد

ایران توننه

توشه ای برای موفقیت

پادرس

فعالیت در منزل

همان طور که می دانید انسان از حواس درونی و بیرونی، فکر و عقل و پیام های الهی که از طریق پیامبران علیهم السلام و معصومین علیهم السلام برای ما نقل شده است، برای شناخت جهان استفاده می کند. با مراجعه به کتاب آسمانی خود، چهار مورد از موضوعاتی که درباره آن صحبت شده است را بنویسید.

● **سوره مومنون آیه ۷۸**

● **سوره نحل آیه ۷۸**

● **سوره یونس آیه ۱۰۱**

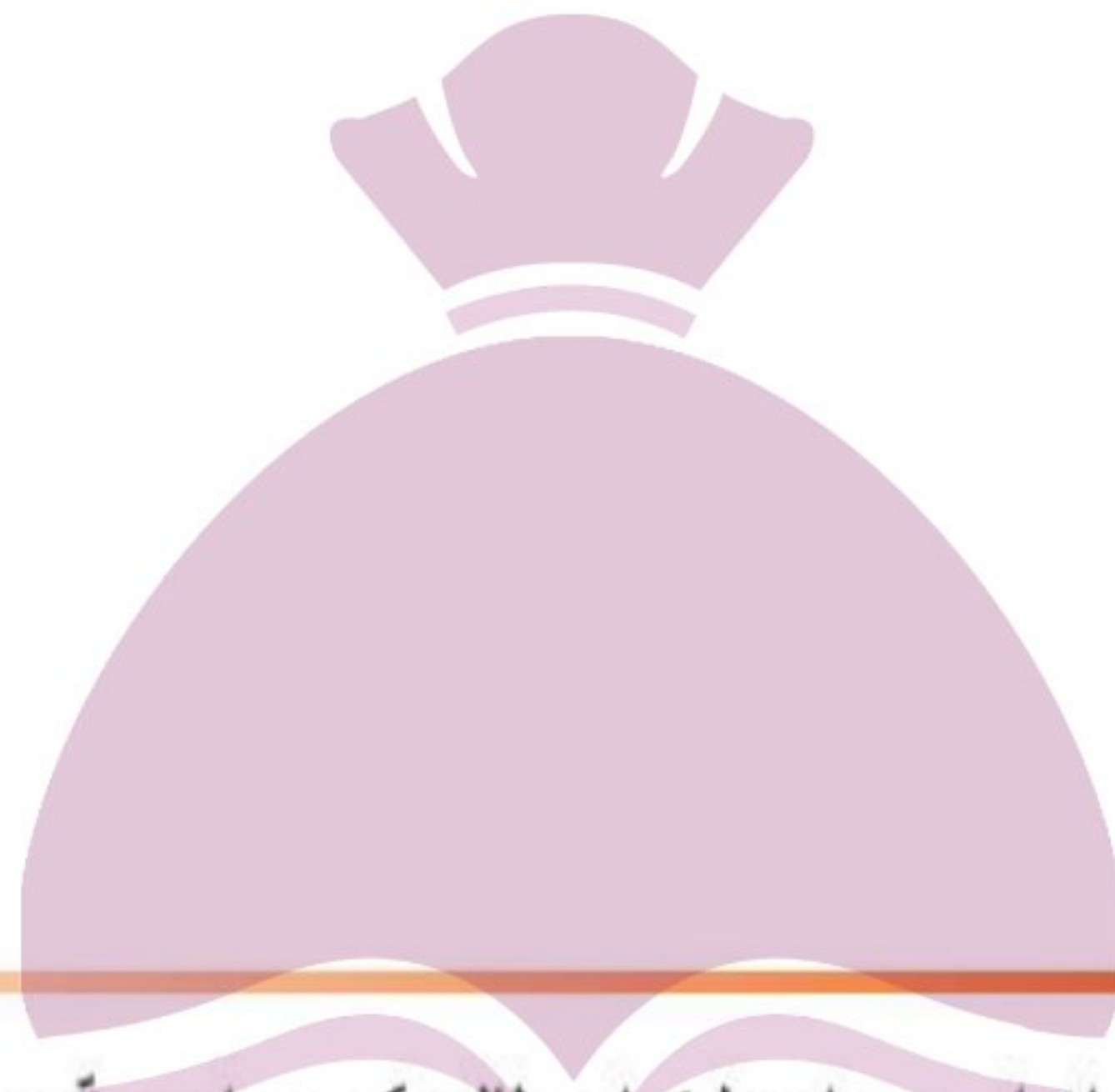
● **سوره آه عمران آیه ۱۹۱**

یافته های خود را با یافته های دوستان خود مقایسه کنید.

ایران نوشته

توشه ای برای موفقیت

پارسی



فعالیت ۲

یک مورد از زندگی افراد زیر را به دلخواه مطالعه کن و راز موفقیت آنها را کشف کن.

افراد موفق از راز موفقیت خود می گویند:

داشتن اراده قوی و ناامید نشدن و نرسیدن از شکست

توشه ای برای موفقیت

پادرس

من در سال ۱۳۳۶ در یکی از شهرهای آذربایجان متولد شدم. تا سیزده سالگی قالی می‌بافتم و شب‌ها درس می‌خواندم. در آن روزها در سال فقط دو بار برنج می‌خوردیم. قبل از انقلاب اسلامی ایران وضع خیلی از مردم چندان تعریفی نداشت. برنج خوردن کار هر کسی نبود. با زحمت زیاد توانستم در هجده سالگی بیست هزار تومان پس‌انداز کنم. اوایل انقلاب اسلامی ایران از بانک‌ها مقداری وام گرفتم، خیلی فکر کردم که چه کار کنم. تصمیم گرفتم به آلمان بروم و از نمایشگاه‌های فرش در آنجا بازدید کنم. این کار برای من تجربه خوبی بود. در آنجا یک تاجر ایرانی به من یاد داد تا فرش گرد بیافم، مسافرتی هم به کشور سوئیس کردم و بعد از دیدن فرش‌های مختلف در نمایشگاه‌های آنجا خیلی زود به ایران برگشتم. ساختمانی را در روستای خودمان اجاره کردم و دارهای قالی را نصب کردم. با همکاری تعداد کمی شروع به قالی‌بافی کردم. باید خطر را می‌پذیرفتم، سعی کردم در رنگ فرش‌ها و طرح‌ها تغییراتی انجام دهم. با پشتکار، توکل به خداوند و سخت‌کوشی کارم را ادامه دادم. خیلی زود کارهای من توجه خریداران فرش را جلب کرد. به تدریج کارم رونق گرفت. تا جایی که خودم صادرات فرش را به کشورهای اروپایی شروع کردم، بازدید از موزه‌های فرش در کشورهای مختلف همیشه برای من الهام‌بخش بوده‌است. در کنار فعالیت‌های اقتصادی، کمک به افراد نیازمند و یتیمان را هرگز از یاد نبردم؛ زیرا معتقدم که خداوند به من کمک خواهد کرد. خیلی از مشکلات من به‌خاطر همین کارهای خوب برطرف شده‌است.

ریسک‌پذیری، داشتن پشتکار و سخت‌کوشی و توکل به خداوند و انجام کارهای خوب مثل کمک به نیازمندان

در پانزده سالگی به‌عنوان خیاط وارد شرکتی شدم که در آن لباس‌های اتاق عمل پزشکان را می‌دوختند. کارکردن در این شرکت مرا علاقه‌مند به رشته پزشکی کرد، ولی درس خواندن در این رشته برای من بسیار سخت بود. من باید برای اداره زندگی خود و خانواده‌ام کار می‌کردم. اما از طرف دیگر علاقه به رشته پزشکی و خدمت به مردم مرا به خود مشغول کرده بود. تصمیم گرفتم هرطور شده درس بخوانم؛ به همین دلیل در کلاس‌های بزرگسالان دبیرستان را تمام کردم و در کنکور شرکت کردم. با پشتکاری که داشتم در رشته پزشکی قبول شدم، بعد از پایان دوره عمومی پزشکی با کمک همسر و خانواده‌ام در دوره تخصصی جراحی چشم قبول شدم. الان من رئیس بخش چشم پزشکی بزرگ‌ترین بیمارستان تخصصی کشور هستم.

داشتن هدف و انگیزه بالا داشتن پشتکار قوی

فعالیت ۳ (بحث گروهی)

بررسی زندگی افراد موفق، نشان می‌دهد این افراد چند ویژگی مهم داشته‌اند که موجب شده در زندگی خود موفق شوند. در جدول زیر چند مورد از این ویژگی‌ها نوشته شده است؛ بقیه را شما تکمیل کنید:

۱- هدف‌های واقعی داشته‌اند.	۷- از مشکلات درس میگیرند
۲- از شکست‌های بی‌دری نمی‌هراسیدند.	۸- روحیه مداومت و پشتکار دارند
۳- از اراده قوی برخوردار بوده‌اند.	۹-
۴- از عزت نفس بالایی برخوردار بوده‌اند.	۱۰- می‌دانند که چه میخواهند روی راه حل‌ها تمرکز میکنند
۵-	۱۱-
۶-	۱۲- برنامه ریزی دارند و سعی میکنند آنها را عملی کنند

توشه ای برای موفقیت

پادرس

فعالیت ۵ (بحث کلاسی)

۱- به غیر از تحصیل تصوّر می‌کنید در چه زمینه‌های دیگری می‌توانید موفق شوید؟ این موارد را فهرست کنید.

شغل، زندگی خانوادگی، جلب رضایت خداوند

۲- افرادی را مثال بزنید (مرد یا زن) که در زندگی خود موفق بوده‌اند؛ راز موفقیت آنها چه بوده است؟

افراد زیادی مثل کارآفرینان و دانشمندان که راز موفقیت همه آنها تلاش و پشتکار، ناامید نشدن و برنامه ریزی و... است

ایران توننه

توشه‌ای برای موفقیت

پادرس

به کلیه روشهای نیکو و پسندیده که نمایشگر ادب است آداب گفته میشود رسوم و عادات مطلوب و پسندیده هم آداب قلمداد میشود

آداب و روش های برخورد با دیگران (با دوستان، همسایگان، غریبه ها و...) آداب معاشرت میگویند

فعالیت ۱ (بحث کلاسی)

- توشه ای برای موفقیت
- آداب یعنی چه؟
 - معاشرت یعنی چه؟
 - منظور از آداب معاشرت چیست؟

۱) سلام کردن - سلام نامی از نام های خداوند است و جدا از آن ارزوی سلامتی برای دیگران از کرامات و صفات برجسته همه انسانهای پاک سرشت است - دست دادن مصافحه کردن یا دست دادن دو فرد با یکدیگر باعث ایجاد ارتباط موثر و سالم تر میشود و نشان دهنده شخصیت افراد است - آداب خداحافظی: هنگام جدا شدن از یکدیگر خوب است که برای همدیگر آرزوی آمرزش داشته باشیم - میانه روی در معاشرت

۲) الف - گفتن کلمه سلام با صدای رسا و آشکار ب - لبخند بر لب داشتن و دست را جلو بردن برای دست دادن از آداب سلام کردن و دست دادن است ج - پیش قدمی برای سلام کردن د - رعایت موارد شرعی دست دادن با خانم ها و نامحرم ها و بالعکس

۳) در معاشرت نیز افراط و تفریط هر دو مذموم و ناپسند است. هم معاشرت زیاد و هم قطع ارتباط با مردم هر دو ناپسند است. به همین ترتیب در ابراز دوستی و دشمنی نیز باید میانه روی بود

۱- در احادیث فوق پیامبر اسلام ﷺ و امام صادق علیه السلام چه نکاتی را درباره آداب معاشرت با مردم مطرح کرده اند؟

۲- آداب سلام کردن و دست دادن چیست؟

۳- میانه روی و اعتدال در معاشرت یعنی چه؟

فعالیت ۴

آزمون خودارزیابی آداب معاشرت

در جدول زیر تعدادی رفتار در برخورد با دیگران آمده است. ارزیابی کنید آیا این رفتارها مناسب اند یا خیر؟ در برابر هر جمله با زدن علامت ✓ رفتار مناسب، یا نامناسب را مشخص کنید.

رفتار نامناسب	رفتار مناسب	رفتار
	✓	۱- سلام کردن هنگام برخورد با یک دوست و فرد آشنا و خداحافظی کردن با او هنگام جدا شدن
	✓	۲- هنگام درخواست کردن از کسی از لفظ خواهش می‌کنم یا لطفاً استفاده کردن
✓		۳- تولید سر و صدا و ایجاد مزاحمت برای همسایگان
✓		۴- در میهمانی یا مجلسی که چند نفر حضور دارند، با بغل دستی خود درگوشی صحبت کردن
✓		۵- صحبت کردن در سفره غذا با دهان پر
	✓	۶- هنگام عطسه و سرفه جلو دهان یا بینی خود را با دستمال گرفتن
✓		۷- صحبت کردن با صدای بلند در اماکن عمومی مانند خیابان، داخل اتوبوس، مترو، یا بیمارستان
	✓	۸- اجازه گرفتن از والدین، قبل از ورود به اتاق آنها
	✓	۹- عذرخواهی از دیگران به خاطر اشتباه خود و جبران ضرر و زیان آنها
✓		۱۰- اگر سهواً به کسی تهن زدیم، بی‌اعتنا از کنار او عبور کنیم.
✓		۱۱- با لباس نامناسب در بین مردم ظاهر شدن
✓		۱۲- هنگام غذا خوردن در میهمانی صدای قاشق و چنگال را درآوردن و ایراد گرفتن به غذای صاحب‌خانه

۱) نوعی مبادله اطلاعات به صورت شفاهی یا نوشتاری بین دو نفر یا چند نفر
درباره یک موضوع را گفت و گو می نامند
موضوعات روز - گرفتن مشورت - حل مسئله روابط دوستانه
۳) توضیحی مشورتی - حل مسئله - گپ دوستانه - گپ انتقادی

- ۱- گفت و گو یعنی چه؟ نوشته ای برای موفقیت
- ۲- گفت و گوی افراد بیشتر پیرامون چه موضوعاتی است؟
- ۳- با توجه به اهداف گفت و گو، انواع آن را فهرست کنید.

— رسانه وسیله ای است که از طریق آن انسان پیام خود را به فرد دیگر یا تعداد زیادی از مردم منتقل میکند پیام، گفته ها، حرکات، اطلاعات اخبار و تصاویری است که از یک فرد به فرد دیگر یا افراد زیادی منتقل میشود

— کتاب، مجلات، تلویزیون

— استفاده از دود، پرنندگان نامه بر

فعالیت ۱ (بحث کلاسی)

شما حتماً نام رسانه یا رسانه‌های جمعی را بسیار شنیده‌اید. این واژه‌ها چه چیزی را در ذهن شما به یاد می‌آورد؟

- فرق رسانه با پیام چیست؟
- آیا می‌توانید چند رسانه مختلف را نام ببرید؟
- در زمان‌های قدیم انسان چگونه پیام خود را به دیگران منتقل می‌کرد؟



فعالیت ۲ (بحث کلاسی)

روزنامه‌ها بهتر می‌توانند پیامی را به مردم منتقل کنند، یا کتاب‌ها؟ دلایل خود را برای هر مورد

بیان کنید.

قاعده‌ها روزنامه‌ها بدلیل ارزانتر بودن و روزانه بودن اخبار سریعتر اخبار و پیام‌ها را به مردم منتقل

میکنند

ایران توشه

توشه‌ای برای موفقیت

پادرس

1) اراديو وسيله اى دردسترتر ميباشد در و همه جا امكان استفاده است- هزينه پايين تر- بالابردن قدر تصوير سازى در ذهن

2) امكان استفاده از صدا و تصوير همزمان- جاذبه گرافيكى تلويزيون- تنوع برنامه

3) رانندگان وسايل نقليه عمومى و كسانيكه علاقه مند به برنامه هاى راديو ميباشند

فعاليت 3 (بحث كلاسى)

- مزايای راديو در مقايسه با تلويزيون چيست؟
- مزايای تلويزيون در مقايسه با راديو چيست؟
- چه كسانى به راديو بيشتر گوش مى كنند؟
- چرا استقبال مردم از تلويزيون بيشتر از راديو است؟ جذابيت گرافيكى و تنوع بيشتر برنامه ها
- تلويزيون چگونه مى تواند بر طرز تفكر و زندگى مردم تاثير بگذارد؟
- با ارائه برنامه هاى آموزشى ميتواند روش صحيح سبك زندگى را نمايش ده

پادرس

فعالیت ۱ (بحث گروهی)

ویژگی افرادی که در خویشتن داری قوی یا ضعیف هستند را شناسایی کنید.

افرادى كه در مهار نفس قوی هستند	افرادى كه در مهار نفس ضعیف هستند
۱- ایمان آنها قوی تر است.	۱- ایمان ضعیفی دارند
۲- هنرهای خاصی می آموزند	۲- بی هنرند
۳- زبان دوم و سومى یاد میگیرند و با آن صحبت میکنند	۳- مهارت های اساسی زندگی را بلدند
۴- مهارت نه گفتن را خوب بلدند	۴- با دیگران ارتباط برقرار نمیکنند
۵- با افراد بیشتری ارتباط برقرار میکنند	۵- بیشتر تأثیر پذیرند تا تأثیر گزار در گذشته زندگی میکند
بیشتر تأثیر گزارند تا تأثیر پذیر	اشتباهات خود را تکرار میکنند

توشه ای برای موفقیت

پادرس

فعالیت ۲ (بحث گروهی)

با توجه به هر یک از خواسته‌های ناپسند زیر، پیامدهای عدم مهار نفس را در هر مورد در جدولی مانند جدول زیر بنویسید.

خواسته‌های نفسانی	نتایج و آثار عدم مهار نفس
۱- بر زبان آوردن سخنان زشت و علاقه به بدگویی پشت سر دیگران	تنفر دیگران و قطع رابطه
۲- ناتوانی در مهار خشم	آسیب زدن به خود و دیگران
۳- میل به قانون‌شکنی	جریمه مجازات و زندان
۴- خوردن مال دیگران و حرص به جمع‌آوری ثروت	تنفر دیگران، نفرت و خطر درگیری با مردم و خشم خداوند
۵- حسادت و میل به انتقام گرفتن	درگیری با مردم و خشم خداوند

فعالیت ۳ (انتخابی)

دربارهٔ روش‌های دیگر مهار نفس خودت فکر کن و پاسخ بده.

۷- ایمان به معاد و اینکه حساب و کتابی در کار است

۸- فکر کردن قبل عمل کردن و تقویت قدرت تفکر

۹- تقویت نیروی بازدارندگی به کمک خداوند یا همان تقوا

تقویت ایمان به خدا

۱۰- نوشته‌ای برای موفقیت

پادرس

فعالیت تکمیلی در کلاس

- در افسانه‌ها دیو موجودی است که ظاهری زشت و رفتارهایی ناپسند دارد. در ادبیات فارسی با واژه‌هایی مانند «دیو صفت و دیو سیرت» برخورد می‌کنیم. به نظر شما این واژه‌ها برای توصیف چه افرادی با چه نوع رفتارهایی کاربرد دارد؟

دیو سیرت یعنی شیطان صفت یعنی کسی که خلق و خوی دیو دارد
دیو نماد نفس اماره و صفات رذیله می‌باشد

- چگونه می‌توانید درستی یا نادرستی و میزان اعتبار یک خبر یا موضوع را بررسی کنید تا به نتایج کار خود اطمینان بیشتری داشته باشید؟

منبع خبر یا کسی که خبر را بیان میکند نقش مهمی در اطمینان یافتن از خبر دارند. از آن گذشته با کنکاش و جست و جو و شنیدن از چند منبع خبری میتوان اطمینان از صحت خبر را افزایش داد

نکته مهم در تایید خبر و اطمینان به آن «به سطح آگاهی شونده و مطالعات قبل او بستگی دارد هر چه آگاهی بیشتر باشد قبول و رد خبر برای شونده راحت تر است

فعالیت در منزل

به داشته‌های خود، در زندگی فکر کنید (پدر، مادر، آب، هوا، غذا، کوه، موجودات زنده و غیرزنده و همه نعمت‌ها)؛ در صورت کمبود یا نبود هر یک از آنها چه اتفاقی در زندگی شما رخ می‌دهد؟

هر یک از داشته‌های یکی از نیازهای مادی یا معنوی آدم را رفع میکند یعنی ما برای بقا و ادامه زندگی به آنها وابسته هستیم مثلاً بدون آب و غذا بقای انسان بخطر می‌افتد و پدر و مادر بسیاری از نیازهای مادی و معنوی مورد نیاز ما را رفع میکنند

ایران توننده

توشه‌ای برای موفقیت

پارسی

● پیام کلی را که در همه این ابیات مشترک است در یک جمله بیان کنید.

یکی از سنت های الهی قانون عمل و عکس العمل است که تاثیر متقابل اعمال ما بر خود طبیعت و دیگران را بیان میکند

● در جدول زیر با انتخاب گزینه مناسب نظر خود را ثبت کنید.

ردیف	جمله	موافقم	مخالفم	باید کمتر
۱	اعمال خوب و بد انسان در زندگی آینده او نقش ندارد.		✓	
۲	انسان در همین دنیا پاداش، با کیفر اعمال گذشته خود را می بیند.	✓		
۳	بعضی از انسان ها در همین دنیا پاداش، یا کیفر اعمال گذشته خود را می بینند و بعضی نه.	✓		
۴	آنچه برای من مهم است، این است که کاری که انجام می دهم، هم اکنون چه سودی برایم دارد. توشه ای برای موفقیت			✓
۵	وقتی به کسی یا موجودی خوبی می کنیم، این خوبی به خودمان است.	✓		
۶	وقتی به کسی یا موجودی بدی می کنیم، این بدی به اوست نه به خودمان.		✓	
۷	اگر افراد جامعه به این قانون باور داشته باشند که ما در این دنیا نیز نتایج اعمال خود را می بینیم، این باور در سلامت اجتماع تاثیر دارد.	✓		
۸	من به قانون عمل و عکس العمل در کلیه امور، باور دارم.	✓		

فعالیت در منزل

قانون عمل و عکس‌العمل به عنوان یکی از سنن الهی، گویای تأثیر متقابل اعمال ما بر خود، طبیعت و دیگران است. شاید در نگاه اول این تأثیر به سادگی قابل مشاهده نباشد، اما با تفکر و مرور وقایع گذشته می‌توان این رابطه را مشاهده کرد. نمونه‌ای از رفتارهایی را که شما انجام داده‌اید، یا دیگران انجام داده‌اند و پس از مدتی نتایج خوب یا بد آن را مشاهده کرده‌اید، بنویسید.

یک نمونه شکرگزاری و استفاده صحیح از نعمت‌های الهی است که افزایش آنها را دنبال دارد مثال دیگر احترام به پدر و مادر و نیکی کردن به آنهاست که دعای خیر آنها را دنبال دارد و در زندگی تأثیر گزار است هم چنین از نیکی به دیگران صدقه دادن و اعمالی از این دست میتوان مثال زد که همگی نتایج خوبی برای انسان به دنبال دارد برای موفقیت

تصادف، مشاجره و دعوا با افراد - خوردن غذای ناسالم - رابطه با افراد نامناسب -
افتادن از درخت - خطر حمله جانوران - افتادن در رودخانه

- ماجراجویی - لذت بردن از انجام کارهای خطرناک، میل به نشان دادن خود
فعالیت ۱ (فردی)

چه نوع خطراتی ممکن است که در منزل، خیابان، مدرسه، زمین بازی یا در طبیعت، شما را
تهدید کند؟

چرا یک فرد ممکن است که به انجام رفتارهای پرخطر دست بزند؟
کدام یک از رفتارهای زیر پرخطر، بی خطر یا کم خطر است، آن را مشخص کنید.

۱
۲
۳
۴
۵
۶
۷
۸
۹
۱۰
۱۱
۱۲

- موتورسواری بدون کلاه ایمنی
- دادن اطلاعات خصوصی به دیگران
- گپ زدن با افراد ناآشنا در اینترنت
- مصرف دارو زیر نظر پزشک
- مصرف خودسرانه دارو، یا تجویز آن به دیگران
- شنا کردن زیر نظر مربی
- ارتباط برقرار کردن با افراد ناآشنا و اعتماد بی جا به دیگران
- گرفتن مواد غذایی از افراد غریبه ای برای موفقیت
- دیدن فیلم های خشن، یا گمراه کننده
- مسافرت در زمستان با زنجیر چرخ
- بستن کمربند ایمنی هنگام رانندگی
- کوهنوردی بدون امکانات
- مصرف قلیان، سیگار، الکل و سایر مواد مخدر

فعالیت ۲ (بحث کلاسی)

- ۱- به نظر شما چرا برخی افراد ناآگاه به سمت اعتیاد کشیده شده‌اند؟
- ۲- وظیفه دولت و مردم ما در مقابله با پدیده اعتیاد چیست؟

— اعتیاد پدر و مادر یا یکی از اعضای خانواده و یا دوستان صمیمی، نا آشنا بودن با مضرات مصرف مواد، گنجگاو، کمبود ها عاطفی، در استرس بودن مبارزه با خرید و فروش مواد مخدر و قاچاقچیان، آموزش مردم، حل مشکلات بیکاری، ایجاد مراکز مشاوره و ترک اعتیاد

فعالیت ۱

در جدول زیر فهرستی از عواملی را که موجب بالارفتن عزت نفس در انسان می شود، بنویسید.

۱- به کارهای خوب رغبت دارد.	۵- از تجربه جدید استقبال میکند
۲- بر زندگی اش کنترل دارد	۶- خود را آن طور که هست میپذیرد
۳- قدرت تحمل شکست را دارد	۷-
۴- انتظارات واقع گرایانه دارد	۸- با دیگران ارتباط خوبی دارد

فعالیت ۲

با توجه به جملات بالا، وضعیت فردی را که عزت نفس پایینی دارد، توصیف کنید.
فردی که عزت نفس پایینی دارد

قدرت تحمل و فشار روانی و شکست را ندارد برای خود و دیگران احترام
قائل نیست از خود و دیگران انتظار غیر واقع بینانه دارد احساس ضعف میکنند
و منفعل است نسبت به توانایی های خود نگرش منفی دارد، از زندگی
احساس ناراحتی میکنند، متکی به دیگران است، کم رو و خجالتی و بسیار
حساس است اعتماد به نفس کاذب دارد و نمیتواند به دیگران نه بگوید

پرسش

فعالیت در منزل

متن زیر را تکمیل کنید.

افرادی که عزت نفس پایینی دارند، خودشان را **قبول ندارند**. همیشه خود را با دیگران **مقایسه** می کنند. در تصمیم گیری ها خیلی **مردد** هستند. نمی توانند با دیگران **ارتباط** برقرار کنند. اگر کسی به آنها انتقاد کند **ناراحت میشوند** می شوند. **متکی** به خود نیستند و همه چیز را در حد **عالی** می خواهند.

فعالیت ۱ (فردی)

در جدول زیر ستون سمت راست عواملی که موجب شکل‌گیری تصور مثبت یک فرد از خود می‌گردد نوشته شده است. در ستون سمت چپ از شما خواسته شده است که عوامل شکل‌گیری تصور منفی را بنویسید.

عوامل شکل‌گیری تصور مثبت	عوامل شکل‌گیری تصور منفی
داشتن هدف مناسب در زندگی، احساس شایستگی و کفایت، خودباوری و رضایت از خود، تحسین خود، داشتن روابط سالم با دیگران، زندگی در یک خانواده خوب، داشتن هدف در زندگی	نداشتن هدف در زندگی، داشتن انتظارات غیر واقع‌بینانه از خود، احساس ضعف و منفعل بودن، داشتن نگرش منفی نسبت به مهارت‌ها و توانایی‌های خود، نداشتن ارتباط مناسب و سالم با دیگران

فعالیت در منزل

باورها یا عقیده‌ها، اندیشه‌هایی هستند که ما به درستی آنها اعتقاد داریم؛ دو مورد از باورهای خود را بنویسید و توضیح دهید چگونه به هر یک از آنها اعتقاد پیدا کردید.

من باور دارم که و این باور
بر اثر ایجاد
شده است.

به نظر من این
نظر بر اثر به وجود
آمده است.

● رسانه‌های جمعی مانند رادیو، تلویزیون، روزنامه‌ها، اینترنت و ... در شکل‌گیری باورها و عقاید ما تأثیر دارند. مثال‌هایی از تأثیرات مثبت و منفی این رسانه‌ها را در زندگی مردم بنویسید.

رسانه منتقل کننده پیام است و تأثیر گذاری آن در جامعه را با نوع پوشش، صحبت کردن و تغییراتی که در زندگی اتفاق می افتد میتوان مشاهده کرد به کار بردن اصطلاحات و تکه کلام های مختلف در زبان عمومی جامعه مانند کلاه قرمزی، جیگر و.. از نمونه تأثیرات رسانه در زندگی کلامی مردم هست همینطور تبلیغات تأثیری بر شیوه زندگی مردم میگذارد

نوشتن ای برای موفقیت

پادرس

فعالیت در منزل

نکته اساسی رعایت اعتدال (پرهیز از افراط و تفریط و رعایت معیارهای عقلی و دینی) در شکل‌دهی سبک زندگی سالم است. به عنوان مثال، عادت به نظافت جزء عادت‌های خوب به شمار می‌آید؛ اما افراط در انجام آن ممکن است به بیماری وسواس منجر شود. با بررسی فعالیت‌های عادی و روزانه خود دو مثال بنویسید که افراط در انجام هر یک از آنها می‌تواند به یک عادت بد تبدیل شود.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ایران توننده

عادت‌های خوب را چگونه می‌توان ایجاد کرد؟ موفقیت

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

تفرین و مفارست در انجام کارهای خوب منجر به عادت میگردند
در واقع انجام کارهای کوچک به صورت مداوم و دریافت تکنیک
از افراد موفق و دیگران باعث ایجاد عادت میگردند

پیش‌گام

گفت و گو کنید

- وقایع فیلم را به ترتیب بیان کنید. دریافت شما از فیلم چیست؟
- در برخورد با مشکل توقف گاری، عملکرد پدر و پسر را مقایسه کنید.
- به نظر شما دلیل اصرار پدر بر ادامه کار به روش قبلی چیست؟ برای راه حل پدر چه عنوانی انتخاب می کنید؟ چرا؟

- برای راه حل پسر چه عنوانی پیشنهاد می کنید؟ چرا؟
- در برخورد با هر مسئله‌ای به دو صورت می توان عمل کرد؛ استفاده از راه‌حل‌های قبلی و پیدا کردن راه‌حل‌های جدید :

- مزایا و معایب پیروی از هر یک از این دو صورت حل مسئله چیست؟
- چرا انسان‌ها به دنبال راه‌های نو برای انجام کارها هستند؟ آیا روش‌های موجود خوب نیستند؟

انسانها همیشه به دنبال راهی کم هزینه و پر منفعت بوده و هستند اینکه فعالیتی در کمترین زمان یا کمترین هزینه یا بهترین کیفیت به انجام برسد را بهروری می نامیم و این همان مقدمه ای است که ذهن انسانها را همیشه به خود مشغول نموده این دلیل پر اشتباه بودن راه حل قبلی نیست چرا که راه قبلی شاید پر هزینه و در زمان بیشتری به سرانجام برسد

چه موقع یک نوآوری، مطلوب به شمار می آید؟ با مثال توضیح دهید.
چه موقع پیروی از سنت‌ها و آداب گذشتگان، مطلوب به شمار می آید؟ با مثال توضیح دهید.

زمینی که عده ای آن را تایید کنند و در مدت زمانی مورد استفاده قرار بگیرد(مثلا تلفن ثابت) با اینکه تلفن همراه آمده و کار با تلفن ثابت کم شده اما هنوز جایگاه خود را در دارد و مورد استفاده قرار میگیرد

هر سنت و ادابی که بتواند به مهارت های اجتماعی خانوادگی فردی انسان بیفزاید و در راستای اخلاق باشد مطلوب به شمار می آید در غیر این صورت باید ترک گردد
به عنوان مثال احترام به بزرگتر سنتی است که از گذشته تا حال وجود دارد و مطلوب به شمار می آید

فعالیت در منزل

فرض کنید شما بخواهید از فردا صبح با همه عادت‌های خود خدا حافظی کنید؛ به نظر شما این تغییر چه تأثیری بر زندگی‌تان دارد؟

اگر همه عادت‌ها رو فراموش کنند همان نوزادی میشود که تازه به دنیا اومده و برای شناخت و ارتباط با محیط خود باید از ابتدا همه چیز را بیاموزد و ارتباط برقرار کند

ایران توننده

توشنه ای برای موفقیت

پارسا

فعالیت تکمیلی در کلاس

- برخی معتقدند فناوری باعث آسایش شده؛ اما باعث آرامش نشده است. نظر شما در این باره چیست؟ با مثال نظر موافق یا مخالف خود را توضیح دهید.
- واژه‌های آسایش و آرامش با هم شباهت دارند؛ چون:

.....

.....

اما تفاوت دارند؛ چون:

تقریباً مترادف هستند و معنی سکون به کار می‌رود اما تفاوت دارند.....
چون آسایش بیشتر به فیزیک و مکان القا می‌شود اما آرامش به روان و...
خاطر امنیت آرامش است اما ماشین خوب آسایش است



گفت و گو کنید

- دریافت شما از فیلم چیست؟
 - فضاوت شما درباره کار میوه فروش چیست؟ چرا؟
 - فضاوت شما درباره کار پسر چیست؟ چرا؟
 - برای فضاوت درباره این دو نفر به چه جنبه‌هایی توجه کردید؟
 - در این فضاوت احساسات شما بیشتر تأثیر داشت یا عقل شما؟
 - احساسات و هیجانات ما چه نقشی در فضاوت‌های ما دارد؟
 - آیا راهی وجود دارد که بتوان هنگام فضاوت کردن، احساسات خود را دخالت ندهیم؟
- تمرین کردن در این زمینه میتواند کمک بسیاری به فرد فضاوت کننده بنماید اما احساسات وسیله و امکان اولیه برای رسیدن به تفکر و تعقل است و دخالت ندادن آن در فضاوت نیاز به تجربه دارد**

فعالیت تکمیلی در کلاس

- آیا عقل و احساس همیشه در مقابل هم فرار دارند؟ با مثال توضیح دهید.

خبرگرسنگی یک احساس است و عقل نیز آن را تأیید میکند ناراحتی یک احساس است و در زمان بروز مشکل عقل ناراحت شدن را تأیید میکند اما اندازه آن‌ها را عقل باید کنترل کند

فعالیت تکمیلی در کلاس

- شادی چیست؟ احساس خوشحالی و شغف ناشی از آسایش و رضایت
- چه چیزهایی باعث شادی می‌شوند؟ هر چیزی که احساس شادی را به وجد آورد
- آیا می‌توانید مثالی بزنید که شادی یک نفر، یک گروه یا مردم کشوری موجب ناشادی یک فرد، یک گروه یا کشوری دیگر شود؟
بله مثلاً در مسابقات فوتبال ایران با برنده شدن ایرانیها شاد و مردم کشور دیگر ناراحت میشوند
- آیا می‌توان با دروغ گفتن، کسی را شاد کرد؟ چرا؟
- با چند ایده ساده بگویید شما چگونه می‌توانید خود و دیگران را شاد کنید.

خبر اول اینکه خود دروغ جز گناهان میباشد حتی اگر دیگران را شاد کند
همچنین خوشحالی که با خبر دروغ باشد ارزشی ندارد شاید اگر حقیقت را اعلام
کنیم بتواند سریعتر تصمیمی بگیرد

فعالیت ۳ (بحث کلاسی)

- ۱- میزان درآمد با تعداد نفرات یک خانواده چگونه بر مصرف یک خانواده تأثیر می گذارند؟
- ۲- تفاوت مصرف یک خانواده جوان با یک خانواده دارای چند فرزند چیست؟
- ۳- منظور از حقوق مصرف کننده چیست؟

۱) میزان درآمد هر خانواده و مقدار مصرف آنها رابطه عکس با تعداد نفرات دارد اما هر چه تعداد نفرات کمتر باشد سهم هر کس بیشتر میشود البته این تحلیل در صورتی است که فقط پدر درآمد زایی داشته باشد اگر سایر افراد نیز درآمد داشته باشند رابطه به گونه ای دیگر تغییر میکند

۲) طبیعتاً خانواده هایی که دارای چند فرزند هستند مقدار مصرف بیشتری دارد نسبت به خانواده جوانی که هنوز فرزندی ندارد

توضیحی برای موفقیت

پدر در کلاس

فعالیت ۴ (انتخابی)

ضمانت کالا - خرید از تولید کننده معتبر - خرید خارج از فصل شلوغی - تولید داخلی بودن و

یک خانواده در مصرف کالا و خدمات چه نکاتی را باید رعایت کند؟

توشه ای برای موفقیت

پوران لوشه

فعالیت در منزل

به انتخاب خود به یکی از سؤالات زیر پاسخ دهید.

۱- یک خانواده چگونه می تواند از هدر دادن پول خود جلوگیری کند؟

۲- یک خانواده چگونه می تواند درآمد خود را به روش سالم افزایش دهد؟
(صرفه جویی یکی از راههای جلوگیری از هدر دادن پول است - عدم خرید وسایل غیر ضروری - برنامه ریزی برای هزینه ها - سرمایه گذاری در آمد اضافی)

توشه ای برای موفقیت

۲) پس انداز مازاد پول ابجای خرید لوازم مصرفی - مثلا خرید سهام از بازار بورس که با هر میزان پولی میشود انجام داد
سرمایه گذاری اقتصادی و تشکیل کسب و کار خانگی - صدقه دادن و کمک به نیازمندان

فعالیت ۱ (بحث کلاسی)

۱- عده‌ای معتقدند که در جامعه ما احترام گذاشتن به دیگران کم‌رنگ شده است. شما تا چه اندازه با این نظر موافق‌اید؟

۲- فهرست افرادی را که باید با توجه به دستورات اسلام حرمت آنها را حفظ کرد و حقوق آنها را رعایت کرد، نام ببرید. **پدر، مادر، بزرگترها، سادات، همسایگان، دانشمندان مومنین**

۳- چند نمونه دیگر از مصداق‌های احترام گذاشتن مانند وفا به قول و عهد و پیمان، احترام

به قانون و مقررات را نام ببرید.
قوانین راهنمایی و رانندگی، قوانین شهروندی، پرداخت قبض یا قسط به موقع، احترام به آیاتمان نشینی، پرداخت اجاره بها- پرداخت قبوض به موقع

فعالیت ۱ (بحث کلاسی)

- چند نمونه از ارزش‌های ابزاری را نام ببرید.
- آیا تحصیل کردن یک ارزش ابزاری است یا یک ارزش مادی؟
- برخی از چیزها ارزش ذاتی دارند، یا به عبارتی به خودی خود ارزشمندند؛ مانند خوشبختی،

۱) ارزش علثوم و تحصیل برای رسیدن به سعادت

ارزش ورزش برای سلامتی

ارزش تلاش برای موفقیت

ارزش عبادت برای پاکی و نزدیکی خدا

ارزش آموختن برای پیروزی

۲) تحصیل یک ارزش ابزاری برای رسیدن به سعادت و رفاه و آرامش محسوب

میشود

ایران توننه

توشه ای برای موفقیت

پادرس

فعالیت ۲ (بحث کلاسی)

- چند نمونه از ارزش‌های ذاتی، یا جهانی را نام ببرید. **احترام، زیبایی، صلح، آزادی، عدالت، عشق ..**
- آیا کمک به نیازمندان یک ارزش ذاتی است یا یک ارزش ابزاری؟
بله یک ارزش ذاتی است اما ارزش‌های ذاتی هم می‌تواند برای اهدافی بزرگتر باشد که در این صورت می‌تواند ابزاری باشد

ایران تونته

- راست گویی و صداقت - احترام به بزرگترها - کمک به نیازمندان**
- آیا می‌توانید به چند نمونه از ارزش‌های اخلاقی اشاره کنید؟

پرسش

فعالیت ۳

جملات زیر را تکمیل کنید.

◀ فردی که نماز می خواند، ارزش های **معنوی** ... خود را به نمایش می گذارد.

◀ فردی که صداقت و راستی از خود نشان می دهد، ارزش های **اخلاقی** ... خود را

به نمایش می گذارد.

◀ فردی که از خداپرستی، عدالت، آزادگی و بشردوستی طرفداری می کند و برای تحقق آن به

شهادت می رسد، ارزش های **جهانی و ذاتی** ... خود را به نمایش می گذارد.

توشه ای برای موفقیت

پایه دوازدهم

فعالیت ۴ (انتخابی)

تعدادی از ارزش‌های جهانی را بنویسید که مردم دنیا با پذیرش آنها می‌توانند به آسانی در کنار یکدیگر و به دور از اختلاف زندگی کنند.

عدالت – صلح – آزادی – خدمت به مردم
– زیبای و احترام به هم نوع

توشه‌ای برای موفقیت

درس

فعالیت ۲ (انتخابی)

تصور کنید می‌خواهید یک شغل برای خود انتخاب کنید. در انتخاب شغل به چه نکاتی

توجه می‌کنید؟

مقدار تخصص فرد - مقدار تجربه - ارزیابی ارزشی شغل - زمان انجام کار در روز - شیوه‌های پیشرفت در شغل

تصور کنید می‌خواهید یک خانه جدید بخرید. در انتخاب خانه به چه نکاتی توجه می‌کنید؟

مراجعه به نگاه‌های دارای مجوز فعالیت - در نظر گرفتن وضعیت اجتماعی، فرهنگی، جغرافیایی - فاصله در محل کار و اقوام - قیمت و مقدار پول برای خرید

۱) سفر یعنی از جایی به جای دیگر رفتن طی مسیر کردن اما مهاجرت یعنی ترک محل فعلی و رفتن به جای دیگر هست

۲) در سوره ملک آیه ۱۵ میفرماید در پستی ها و بلندی ها زمین حرکت کنید و برا خود روزی و غذا بیابید و پیامبر نیز میفرماید مسافرت کنید تا سالم بمانید

۳) برنامه ریزی زمان و مکان - تهیه امکانات و تجهیزات مسافرت با توجه به فصل و مکان مد نظر - در نظر گرفتن نکات بهداشتی - در نظر گرفتن مسیر رفت و آمد - هماهنگی و حرکت

۴) برای تجربه و کسب درآمد - برای کمالات معنوی و تعالی روح - برای تفریح و کسب تجربه جدید

فعالیت ۱ (بحث گروهی)

● سفر کردن یعنی چه؟ چه تفاوتی با مهاجرت دارد؟

● چرا سفر کردن در دین اسلام توصیه شده است؟

● شما یا خانواده شما چگونه خود را برای یک سفر آماده می کنید؟

● انواع سفر را با توجه به هدف آن نام ببرید.

● منظور از رعایت نکات ایمنی در سفر کردن چیست؟

فعالیت ۲ (بحث کلاسی)

■ گردشگری چیست؟

■ گردشگری مذهبی چه تفاوتی با گردشگری فرهنگی دارد؟

■ توسعه گردشگری داخلی و خارجی چه فوایدی دارد؟

□ سفر کردن به کشورها با جاهای مختلف برای دیدن و تماشا کردن و معنای جهانگردی یا ایرانگردی

۲) گردشگری مذهبی یکی از روشهای گردشگری است که افراد به انگیزه دیدن مکان های مذهبی به آنجا مسافرت میکنند مثلاً واتیکان - مشهد - مکه اما گردشگری فرهنگی به انگیزه دیدن مکان های تاریخی فرهنگی و نمایشگاهها صورت میگیرد

۳) ایجاد فرصت شغلی جدید - افزایش مالیات - درآمدزایی ارزی - مطرح شدن منطقه گردشگری در جهان