

فصل ۱

دوستان ما

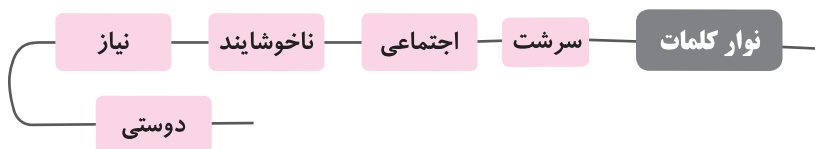
کلبه‌ی آموزشی



- دوستی یکی از مهم‌ترین نیازهای بشر به شمار می‌رود، زیرا انسان یک موجود اجتماعی است.
- داشتن دوست فواید زیادی دارد. پیدا کردن دوست آسان است اما باید دقت کرد تا آداب دوستی را درست به جا آورد و حد و مرز دوستی را نگه داشت. باید هنگام ضرورت قاطعانه و محترمانه با دوست رفتار کرد.

تمرین

۱ با استفاده از کلمات روی نوار جاهای خالی را پر کنید.



- الف. دوستی یک است.
- ب. خداوند نیاز به برقراری ارتباط با دیگران را در انسان‌ها قرار داده است.
- پ. انسان موجودی است.
- ت. تنهایی برای انسان‌ها احساسی است.
- ث. یکی از مهم‌ترین نیازهای ما نیاز به است.



۲ با رسم یک خط، عبارت‌ها را به تعاریف مربوط وصل کنید.

عبارت	تعریف
دوست خوب	آرامش روحی افراد را به هم می‌زند.
عامل حفظ دوستی	مایه‌ی آرامش انسان است.
دوستی افراطی	رفتار ما در مقابل درخواست نابجا است.
گفتن نه	داشتن رفتار مناسب است.

۳ کلمه‌ها و عبارت‌ها را از روی نوار داخل مستطیل‌ها در جاهای خالی قرار دهید.



مزایا و فواید دوستان خوب

ما خود را با دوستانمان در میان می‌گذاریم.

با آنان می‌کنیم.

از صحبت و همنشینی با آنان می‌بریم.

ما را در یاری می‌کنند.

از همنشینی با آنان یاد می‌گیریم.

اشتباه را پیدا کنید.

★ به جمله‌های زیر دقت کنید، در هر جمله یک مورد اشتباه است. درست آن را بنویسید. (فعل جمله را تغییر ندهید.)

۱ اگر خطایی از دوستان دیدیم عیب‌جویی نکنیم و با رفتار محبت‌آمیز در جمع به او تذکر دهیم.

.....



۲ وقتی کسی از شما درخواست نابجایی داشت محترمانه می‌توانیم به او «بله» بگوییم.

.....

۳ حفظ و نگهداری دوستی یک موضوع ساده است.

.....

۴ وابستگی بیش از حد به دوست، آرامش کاری افراد را به هم می‌زند.

.....

۵ به دوست وفادار باشیم و در حضور دوستانمان از او دفاع کنیم.

.....

جواب درست را انتخاب کنید.



۱ کاری نکنیم که دوستان ما به خاطر ما به دردمند و زحمت بیفتند.

شادی‌های خواسته‌های

۲ باعث می‌شود تا احساس سبکی و آرامش کنیم.

هم‌صحبتی با یک دوست عاقل دیدن یک فیلم سینمایی

۳ از گفتن «نه» خجالت نکشید و سعی کنید «نه» نگوئید.

مؤدبانه با بی‌احترامی

۴ بودن در احساسی ناخوشایند است.

تنهایی در جمع

۵ نگهداری سخت است.

دوست دشمن

فصل ۲

تصمیم‌گیری

کلبه‌ی آموزشی



• تصمیم‌گیری یعنی انتخاب، انتخاب کار بسیار مهمی است، زیرا در اخلاق، رفتار، سلامتی و آینده‌ی ما اثر می‌گذارد.

• هنگام تصمیم‌گیری باید خوب فکر کنیم، نتیجه و عواقب آن را پیش‌بینی کنیم سپس بهترین راه را انتخاب نماییم. هنگام تصمیم‌گیری باید دقت کنیم که تحت تأثیر فشارهای روانی تصمیم نگیریم، به موقع تصمیم بگیریم و درباره‌ی مسائل مهم با بزرگ‌ترها مشورت کنیم.

تمرین

۱ از کلمات روی نوار استفاده کنید و آن‌ها را در جاهای خالی قرار دهید.



من سعی می‌کنم تصمیمی که می‌گیرم:

الف. برخلاف دستورات نباشد.

ب. برای هیچ‌کس و دردسر به‌وجود نیاورد.

پ. به کسی لطمه نزند.

ت. برخلاف و قوانین خانه، مدرسه و اجتماع نباشد.

ث. باعث نارضایتی و نگرانی ام نباشد.



۲ به گفت‌وگوی این دو نفر توجه کنید و در زیر نظر خودتان را بنویسید.



من از تصمیمی که گرفتم راضی هستم زیرا نتیجه‌ی خوبی داشته است.

رؤیا



من از تصمیمی که گرفتم راضی هستم، زیرا تصمیم خودم است.

امید



آتوسا

نظر شما چیست؟

تصمیم‌گیری یعنی:

۳ تصمیم‌های مهم را با علامت ✓ نشان دهید.

- انتخاب وسیله نقلیه
 انتخاب دوست
 درس خواندن
 استفاده دارو در هنگام بیماری
 انتخاب رنگ لباس

هنگام تصمیم‌گیری به چه نکاتی توجه کنیم؟

- ۱
 ۲
 ۳
 ۴
 ۵

۴ در مورد مسائل زندگی و تصمیم‌گیری‌های مهم با چه کسانی مشورت کنیم؟ آن‌ها را با علامت ✓ انتخاب کنید.



مادر دوستم



معلم



همسایه



پدربزرگ



مشاور مدرسه



دوست



پدر



مادر

چرا آن‌ها را انتخاب کردید؟

۵ مراحل تصمیم‌گیری به طور نامرتب نوشته شده است، با دادن شماره آن‌ها را مرتب کنید.

پیش‌بینی

فکر کردن

انتخاب بهترین راه

جمع‌آوری اطلاعات

اشتباه را پیدا کنید.

★ به جمله‌های زیر دقت کنید، در هر جمله یک مورد اشتباه است. درست آن را بنویسید. (فعل جمله را تغییر ندهید.)

۱ آخرین مرحله‌ی تصمیم‌گیری خوب فکر کردن است.

۲ انتخاب کفش مدرسه از تصمیم‌های مهم زندگی است.

۳ تصمیم‌های ساده روی اخلاق و رفتار ما تأثیر می‌گذارد.

۴ یکی از نکات ساده در تصمیم‌گیری مشورت کردن است.

۵ انتخاب بهترین راه اولین مرحله‌ی تصمیم‌گیری است.

جواب درست را انتخاب کنید.

تصمیم‌گیری یعنی:

انتخاب اجرا

از چه چیزی می‌فهمیم که تصمیم ما خوب بوده است؟

از نتایج آن از رضایت ما

در آینده‌ی ما اثر می‌گذارد.

تصمیم‌های ساده تصمیم‌های مهم

در تصمیم‌گیری‌های مهم با آن‌ها مشورت می‌کنیم.

دوستان و هم‌کلاسی‌ها افراد باتجربه و بزرگ‌ترها

اگر پایبند نظر و عقیده‌ای هستیم تحت تأثیر فشار دوستانم:

تصمیم خود را عوض می‌کنم. پایبند تصمیم خود هستم.

جدول زیر را کامل کنید.

									(۱)
									(۲)
									(۳)
									(۴)
									(۵)
									(۶)
									(۷)
									(۸)



- ۱ در مقابل درخواست نابجا می‌گوییم.
- ۲ مشورت کردن از نکات تصمیم‌گیری است.
- ۳ بزرگ‌تری که می‌توانیم با او مشورت کنیم.
- ۴ از فکر و تجربه‌ی دیگران استفاده کردن.
- ۵ یعنی تصمیم‌گیری.
- ۶ یکی از مراحل تصمیم‌گیری است.
- ۷ تصمیم ما نباید باعث نگرانی و خانواده شود.
- ۸ آخرین مرحله تصمیم‌گیری، انتخاب است.