

أتخيل نفسي هناك

في رحلة مدرسية إلى قلعة عجلون، شاهدنا في الطريق مجموعة من المواطنين والمواطنات يقومون بحملة تنظيف الطريق المؤدية إلى القلعة والعمل على صيانتها.

السلوك الإيجابي

السلوك الإيجابي هو كل ما يصدر من الإنسان من قول أو فعل حميد، ينعكس إيجاباً على الذات وعلى الآخرين. وسلوك الإنسان الإيجابي يمنحه الثقة بالنفس، والشعور بالسعادة، وتحسين القدرة على التفكير والابداع، وتقبل الآخرين والتعايش مع المجتمع بسهولة، والإسهام في المحافظة على مقدرات الوطن.

مصادر السلوك الإيجابي

تختلف سلوكيات الناس ومواقفهم وفقاً لثقافتهم؛ إذ يتولد السلوك الإيجابي من التجارب والخبرات التي يتعرض لها الإنسان في حياته، وتسهم في تشكيل سلوكه الإيجابي عن طريق عدة مصادر، هي:

- « الأسرة: تمارس الأسرة التربية التي تُشكل سلوك الفرد الإيجابي.
- « المدرسة: تُعزز المدرسة دور الأسرة؛ إذ تعمل على تقويم سلوك الفرد وتنميته في خدمة المجتمع.
- « الأصدقاء: يتأثر الفرد إيجابياً أو سلباً بأقرانه وأصدقائه.
- « وسائل الإعلام ومواقع التواصل الاجتماعي: يتأثر سلوك الأفراد بوسائل الإعلام ومواقع التواصل الاجتماعي.
- « المجتمع: يتأثر الفرد في المجتمع الذي يعيش فيه والبيئة المحيطة به.

فكرة الرئيسة

التعرف إلى مفهوم السلوك الإيجابي ومصادره وإلى نماذج منه.

مفاهيم والمصطلحات

السلوك الإيجابي

Positive Behavior

الإصغاء Listening

هارات التعلم

استخلاص النتائج.

آثار السلوك الإيجابي

الشكل (1): مساعدة كبار السن.

ينعكس السلوك الإيجابي على الفرد عن طريق:

- ❖ تعزيز قدرته على التكيف في المجتمع، والعمل على تحقيق أهدافه الشخصية.
- ❖ الشعور بالسعادة والثقة بالنفس.
- ❖ تحسين الصحة النفسية للإنسان.
- ❖ تعزيز التواصل الإيجابي بين أفراد المجتمع؛ ما يسهم في استقرار المجتمع وتطوره.
- ❖ الترابط الأسري والمجتمعي.



١) تسهم مساعدة الآخرين في نشر الرحمة والألفة والمحبة بين الناس وتخفيف الأعباء عنهم فيزداد تماسك المجتمع وتقدمه وازدهاره، وتمنح الشعور بالسعادة لمن يقدم المساعدة ولمن يتلقاها؛ لأنها تخلص الإنسان من الأنانية وحب الذات، وتعلمه الصبر والكرم.

نماذج من السلوك الإيجابي

1) مساعدة الآخرين وعرض العون عليهم

- ٢) المساعدة إما مادية بتقديم المساعدات المالية أو العينية للمحتاجين أو الأقارب، وإما معنوية بتقديم النصيحة ونقل العلم والمعرفة إلى الآخرين، وإما ببذل الجهد البدني لمساعدة الجيران أو الأصدقاء في إنجاز أعمالهم، وتوجد بعض آداب تقديم المساعدة للآخرين، وهي:
- ❖ عدم التسبب بالضرر للنفس أو للآخرين عند تقديم المساعدة.
 - ❖ اختيار أنسب الطرائق لتقديم المساعدة للآخرين دون إيذائهم.
 - ❖ احترام خصوصية الأشخاص عند تقديم المساعدة لهم.

❖ ما النتائج الإيجابية المترتبة على مساعدة الآخرين؟



2 خُسنُ الأصغاءِ

الاستماعُ باهتمامٍ للآخرينَ وفهمُهم والاستجابةُ لما يقولونَ، سلوكٌ يُحقِّقُ مجموعةً منَ النتائجِ، منها:

« إظهارُ الاحترامِ للمتحدِّثِ.

« اكتسابُ معلوماتٍ عنَ موضوعِ الحديثِ، وفهمُها فهماً جيِّداً.

« تعزيزُ سُبُلِ الحوارِ بينَ أفرادِ المجتمعِ.

« تحسُّنُ الفهمِ والحوارِ، وتقليلُ الأخطاءِ والتعصُّبِ، وإظهارُ الحقِّ والصوابِ.



أَتعاونُ معَ أفرادِ مجموعتي، على إضافةِ نتائجَ أخرى لحسنِ الإصغاءِ.

3 حمايةُ البيئةِ واحترامُها

حمايةُ البيئةِ واحترامُها سلوكٌ إيجابيٌّ يُسهمُ في المحافظةِ على البيئةِ بما يضمنُ حقَّ الأجيالِ القادمةِ في الانتفاعِ بها.

♦ أحددُ بعضَ الإجراءاتِ التي يُمكنُ أن أقومَ بها للمحافظةِ على البيئةِ.

4 مشاركةُ الآخرينَ أفراحَهُم وأتراحَهُم

المبادرةُ بالتهنئةِ والمباركةِ في الأفراحِ والمناسباتِ السعيدةِ، والمواساةُ في الأتراحِ والأحزانِ؛ لهما أثرٌ عظيمٌ في تقويةِ العلاقاتِ بينَ الناسِ وتحقيقِ التآلفِ والانسجامِ بينهم، ومنَ آدابِهما: إظهارُ الاهتمامِ والتقديرِ للمناسبةِ، واختيارُ عباراتٍ تتناسبُ معَ المناسبةِ.

الملخص

يمنحُ السلوكُ الإيجابيُّ الإنسانَ الثقةَ بالنفسِ، والشعورَ بالسعادةِ، وتقبُّلَ الآخرينَ والتعاونَ معهم، والتعايشَ معَ المجتمعِ. ويُمارِسُ الإنسانُ العديدَ منَ السلوكاتِ الإيجابيةِ التي تنعكسُ على حياته وحياته الآخرينَ.

المراجعة

1. الفكرة الرئيسة

- أُعدّد مصادر السلوك الإيجابي.
- أُبين أهمّ النتائج المترتبة على حُسن الإصغاء.

2. المصطلحات

- أوضّح المقصود بكلّ ممّا يأتي: السلوك الإيجابي، الإصغاء.

3. التفكير الناقد والإبداعي

- لماذا يُعدّ استخدام الهاتف الخليوي وتفقد الرسائل ومواقع التواصل الاجتماعيّ في أثناء حديث الآخرين من العادات غير الحميدة؟

أُبين رأيي في المواقف الآتية: رأي الطالب

أ- لا يُفكر سعيد كثيرًا عند اختيار أصدقائه؛ فهو طالب مجتهد وخلق ولكن يتأثر سلوكه بأصدقائه غير المناسبين.

ب- فاز فريق طالبات الصف السابع على فريق طالبات الصف الثامن في مباراة كرة القدم، ولم تُقدّم طالبات الصف الثامن التهنة لهنّ.

ج- أرسلت ميار بطاقة تهنة إلكترونية إلى صديقتها بمناسبة نجاحها في امتحان الثانوية العامة.

د- لم يستطع قاسم تقديم المساعدة المالية إلى جيرانه المحتاجين، فقدّم بدلًا منها بعض المواد الغذائية المتوافرة في منزله.