

- قررت وزارة التعليم تدريس
- هذا الكتاب وطبعه على نفقتها
-



المملكة العربية السعودية

المهارات الحياتية والأسرية

الصف الخامس الابتدائي

قام بالتأليف والمراجعة
فريق من المتخصصين



وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

طبعة ١٤٤٧ - ٢٠٢٥

٢) المركز الوطني للمناهج، ١٤٤٦هـ

المركز الوطني للمناهج

المهارات الحياتية والأسرية - الصف الخامس الابتدائي - غير مجزأ./

المركز الوطني للمناهج. - الرياض، ١٤٤٦هـ

٢١٠ ص؛ ٢١ x ٢٥,٥ سم

رقم الإيداع: ١٦٧١٢ / ١٤٤٦

ردمك: ٤-١٥ - ٨٥٣٣ - ٦٠٣ - ٩٧٨

حقوق الطبع والنشر محفوظة لوزارة التعليم

www.moe.gov.sa

مواد إثرائية وداعمة على "منصة عين الإثرائية"



ien.edu.sa

أعضاءنا المعلمين والمعلمات، والطلاب والطالبات، وأولياء الأمور، وكل مهتم بالتربية والتعليم؛
يسعدنا تواصلكم؛ لتطوير الكتاب المدرسي، ومقترحاتكم محل اهتمامنا.



fb.ien.edu.sa



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



الوحدة الثانية

٢

مهاراتي
في الحياة

مهارات التفاوض في حل
النزاع والمشكلات

آداب الحوار

مهاراتي في الحياة

أهداف الوحدة

يتوقع من الطالب في نهاية الوحدة:

- أن يطبق مهارات الحوار والاستماع للآخرين .
- أن يحترم آراء زملائه في الصف .
- أن يتقن مهارات التواصل مع الآخرين .
- أن يميز بين مسببات النزاع ومظاهره .
- أن يكتسب مهارات إدارة الخلاف مع الآخرين .



آداب الحوار

مهاراتي
في الحياة

الحوارُ هو نوعٌ من الحديثِ بين شخصينِ أو أكثرَ، يتداولان فيه الكلامَ بينهما بطريقة ما، فلا يستأثرُ به أحدهما دونَ الآخرِ، ويغلبُ عليه الهدوءُ والبعدُ عن الخصومةِ والتعصبِ.

المفاهيم الرئيسية

- الحوار
- الإقناع

الإنسانُ كائنٌ اجتماعيٌّ لا يستطيعُ أن يعيشَ بمفردهِ وبمعزلٍ عن الناسِ . فهو في اتصالٍ مستمرٍ معهم من خلالِ الحوارِ والإقناعِ . فكثيراً ما تضيعُ الفرصُ ويحصلُ سوءُ التفاهمِ وتتعكَّرُ العلاقاتُ ويفوتُ الوقتُ ، وربما يصلُ الحالُ إلى أكثرِ من ذلكِ بكثيرٍ وذلكِ بسببِ عدمِ الإقناعِ ، أو بسببِ سوءِ الحوارِ ، أو عدمِ المعرفةِ بأساليبِ الإقناعِ وقواعدهِ وفنونهِ .



أُسْرَتِي الْعَزِيزَةُ

أبدأ اليومَ دراسةَ وحدةٍ مهاراتي في الحياة أتعرّف خلالها آداب الحوار ومهارات التفاوض والإقناع وحلّ المشكلات، ومن الممكن أن ننفذه هذا معاً أسرةً واحدةً. مع وافر الحب .

ابنكم / ابنتكم

نشاطٌ أسريٌّ استهلاكيٌّ منزليٌّ :

وردَ الحوارُ في القرآن الكريم بالمعنى المشار إليه أعلاه في مواضع عديدة، ساعد ابنك على البحث عن آيةٍ قرآنيةٍ وردَ فيها لفظ الحوار، مع ذكر اسمِ السورة ورقم الآية .

(ادْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحُكْمَةِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ ۗ وَجَادِلْهُمْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ ۗ إِنَّ رَبَّكَ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنْ ضَلَّ عَنْ سَبِيلِهِ ۗ وَهُوَ أَعْلَمُ بِالْمُهْتَدِينَ)
سورة النحل الآية ١٢٥

.....
.....

● الصفاتُ الأساسيةُ للمُحاورِ الناجح :

● اللبّاقةُ وهي قول وفعل ما يناسب ويحسن في العلاقات البشرية.

● رباطة الجأشِ وهدوءُ البال.

● حضورُ البديهة.

● النفوذُ وقوةُ الشخصية.

● قوةُ الذاكرة.

● الصدقُ والأمانةُ وضبطُ النفس.

● التّواضع.

مهارات التواصل:



« من آداب الحوار احترام زملائك في الصف بالإنصات لهم وعدم مقاطعتهم أثناء تقديمهم الإجابة للمعلم. »

« من دماثة الأخلاق، أن تلوّم دون أن تُسيء، وتنتقد دون أن تخرج، وتُقع دون أن تُخضع. »



نشاط (١)

ميّز طرائق الاتصال اللفظي وغير اللفظي في الكلمات الآتية :
انتقاء الكلمة - هزّ الرأس - حركة الجسد - تأكيد معنى الكلمة بمرادفها - نبرة الصوت
- إيماءات الوجه - التواصل البصري - توضيح الكلمة بظدها - الابتسامة .

انتقاء الكلمة - تأكيد معنى الكلمة
بمرادفها - توضيح الكلمة وظدها -
نبرة الصوت

طرائق التواصل اللفظي

هزّ الرأس - حركة الجسد - إيماءات
الوجه - التواصل البصري - الابتسامة

طرائق التواصل غير اللفظي



في الاجتماعات التي تجمع عدداً كبيراً من المدعوين يستحسن أن تُعرّف نفسك ببساطة إلى الجالسين بجوارك، وحاول أن تتجاذب أطراف الحديث معهما بالتساوي .



«التواصل الجيد لا يعني دائماً الاتفاق مع الشخص الآخر؛ فيمكن أن تختلف مع الشخص الآخر دون أن تفقد التواصل معه .

نشاط (٢)



ما رأيك فيما يأتي :

التعليق الساخر على أحد الطلاب لاستشارة الآخرين وإضاكهم؟



سلوك خاطئ يؤدي إلى قطع العلاقات

الاجتماعية وتولد العداوة ، وإن ضرر

المستهزئ راجع إليه وعاقبته وخيمة .



أسرتي العزيزة

دانة: لقد وصلني ما قلت عني يا نورة وسوف أقطع علاقتي بك إلى الأبد.
 نورة: ما الذي تقولينه يا دانة؟!
 انصرفت نورة وهي متفاجئة من كلام دانة ولكنها لا تؤد أن تخسرها.
 في اليوم الثاني قابلت نورة صديقتها دانة بابتسامة وقدمت لها باقة من الزهور.
 نورة: هل من الممكن أن نتحدث الآن يا دانة؟ ماذا سمعت عني وأغضبك؟
 دانة: كم أحب هذه الزهور، شكراً يا نورة.
 ووافقت دانة على الحديث مع نورة، وتوضيح أساس المشكلة وزال الخلاف بينهما.

نشاط (٣)



مستعيناً بمصادر التعلم ومحركات البحث الموثوقة، أكمل الحديث الآتي:
 قال رسول الله ﷺ: **أَتَدْرُونَ مَا الْغَيْبَةُ؟** قَالُوا: **اللَّهُ وَرَسُولُهُ أَعْلَمُ،** قَالَ: **« ذِكْرُكَ أَخَاكَ**
.بِمَا يَكْرَهُ، قِيلَ: أَفَرَأَيْتَ إِنْ كَانَ فِي أَخِي مَا أَقُولُ؟ قَالَ: إِنْ كَانَ فِيهِ
مَا تَقُولُ، فَقَدْ أُغْتَبَتْهُ» **وَأِنْ لَمْ يَكُن فِيهِ فَقَدْ بَهَتْهُ.**



يجب أن تسيطر اللباقة على جو المحادثة، بحيث يبتعد المتحدثين عن الجفاء والغلظة من جهة والمبالغة في التملق والرياء من جهة أخرى.



مهارات التفاوض في حل النزاع والمشكلات

مهاراتي
في الحياة



المفاهيم الرئيسية

- الجدل
- النزاع
- التفاوض

الخلاف أمر مُسَلَّم به بين
البشر، وهو سنة الله - عزَّ
وجل - في خلقه، قال الله
تعالى:

﴿وَلَوْ شَاءَ رَبُّكَ لَجَعَلَ النَّاسَ أُمَّةً
وَّاحِدَةً وَلَا يَرَاؤُونَ مَخْلِفِينَ﴾ (١)

يُعَدُّ النزاع من الأمور التي نواجهها في حياتنا، وقد يحدث داخل الأسرة بين الإخوة والأخوات، أو بين الأصدقاء في المدرسة، أو بين زملاء في العمل. وقد تتسبب هذه النزاعات في التفرقة والانشقاق والصراع، لذا جاء الإسلام مؤكداً على أهمية الاجتماع والاتفاق ومحذراً من الفرقة والشذوذ والتنازع قال رسول الله ﷺ: «لا تحاسدوا، ولا تناجشوا، ولا تباعضوا، ولا تدابروا، ولا يبيع بعضكم على بيع بعض، وكونوا عباد الله إخواناً المسلم أخو المسلم، لا يظلمه ولا يخذله، ولا يحقره» (٢).

(١) سورة هود الآية: ١١٨.

(٢) رواه مسلم ٢٥٦٤.

نشاط (١)

حدّد مسببات النزاع ومظاهره فيما يأتي:

مظاهر النزاع	مُسببات النزاع	العِبارة
الانشقاق والتنازع	سوء الفهم وضعف التواصل	سوءُ الفهمِ الناتجِ عن ضعفِ التواصلِ مع الآخر.
ارتفاع الأصوات	الغضب	حدةٌ في الصّوت.
ارتفاع الأصوات والألفاظ السيئة	عدم تقبل أفكار ورأي الطرف الآخر	التحوّل من مناقشة الأفكار إلى التعرّض للسمات الشخصية.
الغيرة والكراهية	التفرقة في التعامل	التّمييزُ في الأسرة أو المدرسة.
سوء التصرف تجاه الطرف الآخر	عدم معرفة حقيقة الآخر	تكوين اتجاهٍ سلبيٍّ نحو الطرف الآخر.
الخصام وارتفاع الأصوات	عدم الالتزام بآداب الحوار	انفعالٌ عند النقاش والحوار.
الفرقة وعدم الاتفاق	عدم التوافق في المصالح	تعارضُ المصالح.
الفرقة وعدم الاتفاق	عدم تقبل الاختلاف	اختلافُ الأهداف والحاجات.
الخصام والفرقة	عدم احترام الطرف الآخر	التلفُّظُ بألفاظٍ نابيةٍ (غير مناسبة).
الخصام وارتفاع الأصوات	عدم احترام رأي الآخر	التعصُّبُ للرأي.
عدم تقبل الحوار	الشعور بالضغط النفسي	ضغوطُ الحياة.



لكي تقنع الآخرين بوجهة نظرك في الجدل والنزاع:

لا تفعل

- لا تجادل، فربما تنتصر أحياناً ولكنك ستخسر علاقتك بمحدثك.
- لا تقل لأحد بأنه مخطئ أو تحتقر من رأيه.
- تجنب الإساءة إلى الطرف الآخر.
- لا تلوح بيدك أو تضرب بهما على شيء أمامك.
- تجنب الكلمات اللاذعة ذات اللّمز والتعريض بالسّفه والجهل.
- ابتعد عن التعصّب المذموم.
- تجنب النميمة والغيبة وجميع ما يثير الفتنة.
- لا تتحدّث بصوت عالٍ راعد.
- لا تتعجل بالردّ قبل تمام الفهم.

أفعل

- اتسم بالرفق واللين.
- احتفظ دائماً بهدوئك.
- أحسن الظن بالآخرين.
- حاور بالمنطق السليم والحجة الدامغة.
- انتق كلماتك بعناية.
- اختصر قدر الإمكان إذا لم تستطع تجنب المناقشة من أساسها.
- اسمح لمناقشك أن يتحدّث دون أن تقاطعه.
- حاول أن ترى الأشياء من وجهة نظر الشخص الآخر.
- إذا كنت مخطئاً فاعترف بخطئك.
- تقبل النقد برحابة صدر.



يعيق التوتر عملية التنفس؛ لذلك، احرص على أن تأخذ نفساً عميقاً لتكتسب الهدوء والشجاعة.



نشاط (٢)

إلياس هو الابن الوحيد في الأسرة، وأخته أسيل تكبره بعامين، تشعر دائماً أن اهتمام والديها بأخيها أكثر، ولا يُرْفَضُ له طلب، لذلك فهي تدخل معه في نقاشٍ حادٍ ينتج عنه ارتفاع الأصوات واستخدام عبارات حادة. بالتعاون مع مجموعتك أجب عن المطلوب في الجدول الآتي:

التفرقة في التعامل

تحديد أسباب النزاع

لكي تسود المحبة والألفة بينهما

تحديد هدف الإصلاح بين الطرفين

المساواة في التعامل بينهما

مقترحات معالجة النزاع

الابتسامه لغة القلوب وهي الكنز الذي لا يكلف درهماً، فلا تبخل بها على من حولك.

لو كَانَ النجَاحُ والفَلَاحُ بالمُجَادَلَةِ وقوَّةِ الصوْتِ والصراخِ، لكانَ الجهلاءُ أُولَى بالنجَاحِ فيه، وإنما يكوُنُ النجَاحُ بالحِجَّةِ والهُدوءِ.

نشاط (٣)

ذَكَرَ الطُّلابُ بدعاءِ كَفارَةِ المَجْلِسِ، ومتى يُقالُ؟

(سبحانك اللهم وبحمدك. أشهد أن لا إله إلا أنت، أستغفرك وأتوب إليك) يُقال عند القيام أو نهاية المجلس.....

أسرتي العزيزة

عزيزي الأب / عزيزتي الأم، ساعدا أبناءكما في البحث من خلال مصادر التعلم المختلفة عن آية قرآنية تنهى الناس عن السخرية من الآخرين، وتدوينها مع تحديد رقمها واسم السورة التي وردت فيها؟

قال تعالى: (يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا يَسْخَرْ قَوْمٌ مِّن قَوْمٍ عَسَىٰ أَن يَكُونُوا خَيْرًا مِّنْهُمْ وَلَا نِسَاءٌ مِّن نِّسَاءٍ عَسَىٰ أَن يَكُنَّ خَيْرًا مِّنْهُنَّ وَلَا تَلْمِزُوا أَنفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا بِالْأَلْقَابِ بَغْسِ الْأَسْمِ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْإِيمَانِ وَمَن لَّمْ يَتُبْ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ) سورة الحجرات آية ١١

تطبيقات عامة

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة، وعلامة (x) أمام العبارة غير الصحيحة، مع تصحيح الخطأ، فيما يأتي:

أ من الصفات الأساسية للمُحاور الناجح سرعة الرد والانفعال.



من الصفات الأساسية للمحاور الناجح اللباقة وهدوء البال

ب لا أقبّل النقد البناء من الطرف الآخر.



تقبل النقد البناء من الطرف الآخر يساعد في نجاح الحوار

ج حدة الصوت من مسببات النزاع.



د إذا كان الطرف الآخر فظًا، فمن حقّي أن أكون فظًا معه.



مقابلة الإساءة بالإحسان خلق حث عليه الإسلام يجب أن نفتدي به

ه إيماءات الوجه من طرائق التواصل غير اللفظي.



و حسن الظن بالآخر من مهارات التواصل.



٢ عبّر عن رأيك في الموقف الآتي:

لا يُعجبني يا عزم أسلوبك المتعالي معي، لا أريد أن أسمع منك أو أراك بعد الآن.

رأي يفقد لآداب الحوار والنصح
فقد حثنا ديننا الإسلامي على النصيحة ودافع النصيحة محبة الخير
لأخي المسلم بطريقة محبة وتكون نصيحة خالية من القسوة

تطبيقات عامة

٣ علل ما يأتي :

أ طرح عددٍ من الأسئلة لفهم رأي المتحدث بدلاً من المعارضة الفورية.
للوصل إلى حوار هادف ونقاش ناجح.

ب نهى الإسلام عن الغيبة والنميمة.

لأنها تسبب العداوة والبغضاء وسوء الظن بالآخرين.

ج التّعصّب للرأي يزيد المشكلة ولا يحلّها.

لأنه يسبب التفرقة ويزيد من المشاحنات بين أفراد المجتمع.

٤ أكمل الجمل الآتية باختيار الكلمة المناسبة من بين الكلمات المعطاة :

أ من الصفات الأساسية للمُحاور الناجح **انتقاء الكلمات بعناية**

التحدّث بصوتٍ عالٍ

انتقاء الكلمات بعناية

تحقير رأي الآخر

ب من طرائق الاتصال اللفظي **نبرة الصوت**

نبرة الصوت

هزُّ الرأس

التواصل البصري

ج لإقناع الطرف الآخر في أثناء الجدال لابد من **اللباقة والتواضع**

التملُّق والرياء

الانفعال السريع

اللباقة والتواضع

تطبيقات عامة

ه اكتب النتائج المتوقعة للآتي :

ا مقاطعة زميلك أثناء حوارهِ مع المعلم .

يشعر الزميل بالإحباط وقلة الاحترام .

ب الغيبة ونقل الكلام .

ينتج عنها الشحناء والعداوة والبغضاء .

ج الاعتذار في حال الخطأ .

الألفة والمحبة وتعزيز الثقة .



مهاراتي في الحياة

أَتَعَلَّمُ لُغَةَ الإِشَارَةِ بِشَغَفٍ؛ حَتَّى أَتَوَاصَلَ مَعَ الآخَرِينَ مِنَ الصُّمِّ، وَأَنَا قَادِرٌ - بِتَوْفِيقِ اللَّهِ - عَلَى إِتْقَانِهَا بِكِفَاءَةٍ عَالِيَةٍ.



المصدر: الجمعية السعودية للإعاقة السمعية (٢٠١٨). قاموس لغة الإشارة السعودية، ط١.