



وزارة التعليم

Ministry of Education

المملكة العربية السعودية
وزارة التعليم



السلوك التوكيدي

اليوم الأول

تعتبر تنمية مهارة السلوك التوكيدي من المهارات المهمة في وقاية الطالب وتبصيره من الوقوع في المشكلات التي تؤدي إلى الاضطراب النفسي والضعف في التفاعل الاجتماعي ويتسم الطالب المؤكد لذاته بقدر مرتفع من الفاعلية في علاقاته الاجتماعية ، ورضا اكبر في الحياة ، وقدرة على إنجاز الأهداف والشعور بالراحة والطمأنينة.



يُعد هذا البرنامج من البرامج الوقائية لتنمية مهارة السلوك التوكيدي ودليلاً عملياً لمن لديه الرغبة في الاستفادة منه سواء من المختصين من المرشدين والتربويين والعاملين في مجال التعليم والتوجيه والإرشاد وغير المختصين باعتبار إن بعض ما يحتويه من إجراءات يمكن للبعض من غير المختصين تطبيقها وهو ما قد يفيد في أسلوب تعامل الوالد مع ابنه والأخ مع أخيه والمعلم مع طلابه وكل من يهمه مصلحة فرد يرى فيه ضعف جوانب التوكيد.

قواعد البرنامج



الجوال



الوقت



المشاركات



مرحباً بكم جميعاً

WELCOME



سؤال : ماذا تريد من هذا البرنامج ???

يتوقع في نهاية البرنامج أن يكون المشارك قادراً على أن :

1. تقليل القلق المرتفع لدى الفرد في مواقف التفاعل الاجتماعي
2. تعريف الطالب بمفهوم التوكيد وتمييزه عن العدوان والخضوع ، وتبصيره بحقوقه التوكيدية 0
3. تعديل البنية المعرفية للطالب بالتعرف على معوقات التوكيد والأفكار غير المنطقية المسؤولة عن انخفاضه 0
4. التدريب على التلقائية في السلوك والأفكار والمشاعر 0
5. إكسابه مهارة المبادأة في علاقاته ، واتصالاته وتفاعلاته المختلفة مع الآخرين 0
6. تدريبه على الشجاعة الأدبية ، بمواجهة الآخرين وتقبل النقد والاعتذار عن الخطأ 0
7. إكسابه الصلابة النفسية ، بمقاومة الضغوط والتخلص من المواقف المحرجة 0
8. تشجيع الطالب على الإفصاح عن هويته وإعلان مواقفه بغض النظر عن اختلافها مع الآخرين 0



النشاط	افتاحي	نوعه	فردى
الهدف : جذب انتباه وإثارة المتدرب للتعلم والتدريب			



ماذا تعني
لك الصورة

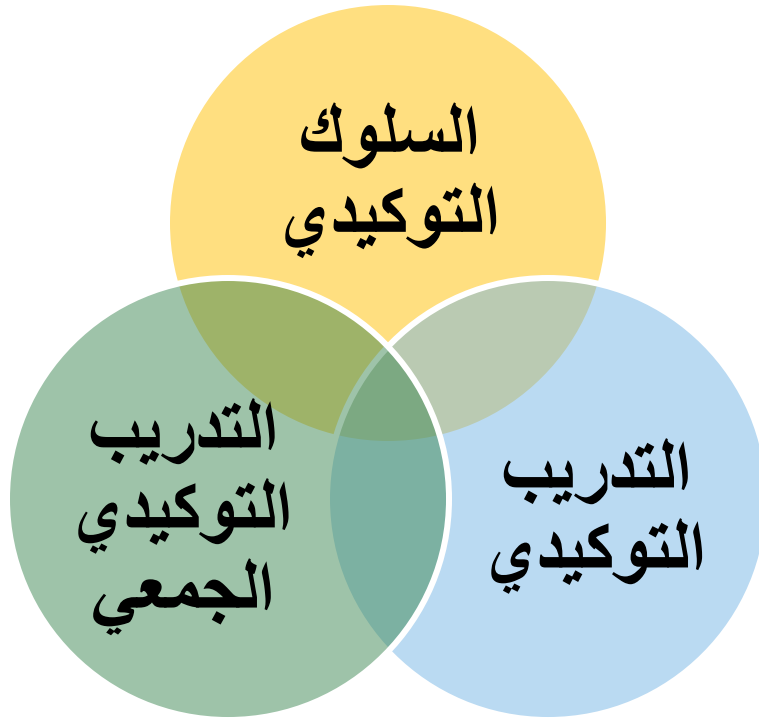


النشاط	(2/1/1)	نوعه	فردى
الهدف : التعرف على مفهوم السلوك التوكيدى بدقة			



من خلال خبرتك وما لديك من معرفة
وتجربة وفي (10) دقائق حدد
مفهومك للسلوك التوكيدى

مفهوم السلوك التوكيدي



السلوك التوكيدي

مهارة اجتماعية تمكن الفرد من الدفاع عن حقوقه الشخصية والتعبير عن آرائه ومشاعره الايجابية (الموافقة – المدح) والسلبية (المخالفة – العقاب) بصدق وتلقائية ورفض مطالب وضغوط الآخرين غير المنطقية.

النشاط	(3/1/1)	نوعه	جماعي
الهدف : تحديد ثلاثة مواقف اجتماعية تتطلب استخدام مهارة السلوك التوكيدي لكل مجموعة من المجموعات التدريبية.			



بالتعاون مع أفراد مجموعتك حدد ثلاثة
مواقف اجتماعية على الأقل تتطلب
استخدام السلوك التوكيدي.

مواقف السلوك التوكيدي



التأكيد السلبي



الذي يتضمن التعبير عن المشاعر العدوانية أو السلبية، والوقوف ضد حقوق الآخرين، ورفض كافة المتطلبات والاحتياجات غير المعقولة.



التأكيد الايجابي



الذي يتضمن التعبير عن المشاعر الإيجابية، كالمشاركة والاستحسان والعواطف والاتفاق. ومثال ذلك تقديم الامتنان والشكر لصديق قدم خدمة ما.



النشاط	(1/2/1)	نوعه	جماعي
الهدف : استنتاج السلوكيات التي تنمى بمهارة السلوك التوكيدي			



بالتعاون مع أعضاء المجموعة التي تنتمي إليها تكثرا حدد السلوكيات التي يمكن تنميتها لديك ولدى زملائك بتنمية مهارة السلوك التوكيدي وممارستها في المواقف المختلفة التي تواجهك في حياتك.

سلوكيات مهارة السلوك التوكيدي



الثقة بالنفس

1

الدفاع عن الحقوق الشخصية

2

التعبير عن الآراء

3

رفض مطالب الآخرين غير المنطقية

4

عدم التردد في الطلب

5

المبادأة والاستمرار بصورة ايجابية

6

النشاط	(2/2/1)	نوعه	جماعي
الهدف : تحديد الفرق بين السلوك التوكيدي والسلوك العدواني			



من خلال خبراتك التفاعلية وبالتعاون مع زملائك في المجموعة حاول تحديد أكبر عدد من الفروق بين السلوك التوكيدي والسلوك العدواني.

الفرق بين التوكيدية والعدوانية



العدوانية

التوكيدية



هي أن تحاول فرض

مشاعرك وآرائك

واحتياجاتك ورغباتك على

الآخرين.

أن تخبر عن مشاعرك

وآرائك واحتياجاتك

ورغباتك بطريقة تحقق

أهدافك ولا تؤذي ولا

تتعدى على الآخرين.

النشاط	(3/2/1)	نوعه	جماعي
الهدف : تحديد الفرق بين السلوك التوكيدي والسلوك المذعن			



حدد مع أعضاء مجموعتك مفهوم
السلوك المذعن وما الذي يفرقه عن
السلوك التوكيدي؟

الفرق بين التوكيدية والاذعان



اعتقاد الطالب أن المعلم يتضايق من سؤاله ويعتبر من يسأل عن أمر ما دليل على قلة فهمه وغبائه .. فيحجم الطالب عن سؤال معلمه .

لا تظهر أي سلوك لفظي أو
غير لفظي يدل على تضايقك
وعدم رضاك

السلوك لمذعن



عدم رضاك وتضايقك من
تصرفه ورغبتك منه عدم تكرار
مثل هذا السلوك.

السلوك التوكيدي





وزارة التعليم

Ministry of Education

المملكة العربية السعودية
وزارة التعليم



السلوك التوكيدي

اليوم الثاني

النشاط	(1/1/2)	نوعه	جماعي
الهدف : أن يستنتج المتدرب أهمية مهارة اطلب ولا تتردد			

وزع المعلم الواجبات على الطلاب في صفك ضمن مجموعات، فوق اسمك مع مجموعة كثيرة الاستهزاء والسخرية وتصيد الأخطاء ولا يقومون بتأدية ما يطلب منهم من الأعمال غالباً، أنت لا ترغب بأن تعمل مع هذه المجموعة إلا أنك تخشى أن يقوموا بإيذائك لفظياً وعملياً.



بالتعاون مع أفراد مجموعتك حدد نتائج موافقتك على الانضمام لهذه المجموعة في العمل، والنتائج إذا رفضت العمل معهم.

النشاط	(2/1/2)	نوعه	جماعي
الهدف : أن يحدد المتدرب ضوابط تطبيق مهارة اطلب ولا تتردد.			



من خلال النشاط السابق ومن خلال معرفتك
بمهارة اطلب ولا تتردد حدد ضوابط
وشروط تطبيق مهارة اطلب بلا تردد من
الآخرين وذلك بالتعاون مع أعضاء
مجموعتك المميزة.

اطلب ولا تتردد



اطلب ولا تتردد مهارة سامية نحتاجها لإثبات ذواتنا وللمحافظة على ثرواتنا المادية والمعنوية وحتى تحقق أهدافها في بناء وتنمية شخصياتنا علينا أن نراعي ما يلي عندما نطلب طلبا من أحد:

- أن يكون طلبك لا يتعارض من الأحكام الشرعية والأنظمة ولا عادات والتقاليد.
- أن تحقيقه وإجابته لا يلحق الضرر بالآخرين.
- أن يكون مفيدا نافعا لنا.

• أن يكون أسلوبك في الطلب مراعيًا لخصائص عناصر الموقف.

• التزام الشفافية المبطنة بحسن تعامل بعيدا عن أساليب التهجم والتجريح والوقاحة.

• مراعاة التوقيت المناسب للطلب.

• تحين الفرص الأنسب للطالب واختيار الوقت المناسب.

• الحرص على القيام بالواجبات فهي جزء من رسالتنا وعدم ربطها بضرورة تلبية الطلبات للقيام بها.

• الإصرار والعزيمة في تكرار الطلب بأسلوب لا يدفع الآخرين للضجر والملل.



النشاط	(3/1/2)	نوعه	جماعي
الهدف : أن يحدد المتدرب مواقف تستخدم فيها مهارة اطلب ولا تتردد			



بالتعاون مع أعضاء فريقك حدد أكبر عدد من المواقف مرت بك وكان بالإمكان استخدام مهارة اطلب ولا تتردد.. ثم وزع العمل مع بعض الأعضاء لتمثيل الموقف وكيفية التعامل معه.

النشاط	(1/2/2)	نوعه	جماعي
الهدف : أن يتعرف المتدرب مفهوم الجسارة الاجتماعية			



أثناء الدرس يطلب منك المعلم أن تقف في الفصل وتقرأ موضوع الدرس بصوت واضح مسموع ماذا يكون موقفك ؟

من خلال هذا الموقف قدم تعريفا لمفهوم الجسارة الاجتماعية..

الجسرة الاجتماعية :

أن من أهم صفات الشخص الإيجابي الفاعل .. أن يكون واثقاً من نفسه ، ويتصرف ويسلك في المواقف المختلفة كما يريد أن يتصرف .. دون تردد أو قلق وتوتر زائد أو شعور كبير بالخرج أو خوف غير مبرر لعواقب السلوك أو حرص زائد على إرضاء الآخرين .



النشاط	(2/2/2)	نوعه	جماعي
الهدف : أن يعدد المتدرب ثلاثة مواقف مارس فيها الجساره الاجتماعيه			



بعد إن تعرفت على الجساره الاجتماعيه
وبالتعاون مع فريقك المجهد حدد مجموعه
من المواقف المشرفه التي استخدمت فيها
مهاره الجساره الاجتماعيه بنجاح



تحدث عن أحد المواقف التي مارست فيها الجسارة الاجتماعية .



وزارة التعليم

Ministry of Education

المملكة العربية السعودية
وزارة التعليم



السلوك التوكيدي

اليوم الثالث

النشاط	(1/1/2)	نوعه	جماعي
الهدف : أن يحدد المتدرب بدقة تعريف مهارة : لا تقل نعم وأنت تريد أن تقول لا			

عندما يلح عليك أحد زملائك الطلاب لتتدخل معه وتسانده في خلافه مع أحد الطلاب وأنت لا ترغب في ذلك أو أنه قد يتسبب لك بضرر معين ، وتريد أن ترفض طلبه كيف تتصرف ؟؟



من خلال هذا الموقف حاول بالتعاون مع أفراد مجموعتك كتابة تعريف لمهارة : لا تقل نعم وأنت تريد أن تقول لا...
قدم مع زملائك مجموعة من المواقف التي مرت بك وقرارك أن قلت لا وأنت تعنيها.

مهارة لا تقل نعم وأنت تريد أن تقول لا

- تبرز كلمة (لا) عندما يكون الموقف الذي يتطلب الاستجابة ، أمر لا يرغبه الشخص أو فيه ضرر عليه أو استغلال خاطئ له ، لا يقدر عليه ، فيعتذر عن الموافقة بكل بساطة وأريحية فالمطلوب إذن .. أن تقول ما تريد قوله فعلاً وليس غير ذلك



النشاط	(2/1/3)	نوعه	جماعي
الهدف : أن يحدد المتدرب تعريف مهارة التعبير عن الآراء بدقة			

عندما يطلب منك الأستاذ رائد الفصل إبداء رأيك وترشيحك لأحد الطلاب ليكون عريفاً للفصل.. حدد موقفك وما يمكنك أن تفعله في تلك اللحظة .



من خلال الجهد المبذول في الإجابة عن السؤال السابق حدد تعريف مهارة التعبير عن الآراء.



مهارة التعبير عن الرأي :

التعبير الحر عن وجهة نظر
الشخص الحقيقية في إطار من
الحكمة والالتزام بالمبادئ العامة،
والاستقلالية في الرأي دون تبعية
ومسايرة للآخرين على حساب
النفس والمصالح.



النشاط	(1/2/3)	نوعه	جماعي
الهدف : أن يمارس المتدرب مهارة الإفصاح عن المشاعر بإيجابية			

أنت في موقف تشعر فيه بحالة من التذمر والتضايق لأن أستاذك وجه لك توبيخاً لاتهامك بارتكاب خطأ تعلم تماماً أنك بريء منه؟؟ ما القرار الذي تتخذه؟ وكيف تتعامل مع الموقف؟



من خلال هذا الموقف حاول بالتعاون مع أفراد مجموعتك كتابة تعريف لمهارة : الإفصاح عن المشاعر.

قدم مع زملائك مجموعة من المواقف التي مرت بك فأفصحت عن مشاعرك بإيجابية.

مهارة الافصاح عن المشاعر



مهارة الإفصاح عن المشاعر :

التعبير المتعمد التلقائي عن المشاعر والانفعالات بكلمات صريحة منطوقة ، أي أن أقوم بتحويل المشاعر الداخلية إلى كلام منطوق .



النشاط	(2/2/3)	نوعه	جماعي
الهدف : أن يحدد المتدرب تعريف مهارة الدفاع عن الحقوق الشخصية			

بسبب خطأ ارتكبه طالب أو مجموعة من الطلاب قرر المعلم أو إدارة المدرسة إيقاع عقوبة جماعية لكل طلاب الفصل وأنت واحد منهم رغم أنك لست ممن بدر منه الخطأ. كيف تتعامل مع هذا الموقف؟



من خلال إجابتك قدم تعريفا لمهارة الدفاع عن الحقوق الشخصية.

بالتعاون مع فريق العمل الذي تنتمي إليه حدد أكبر عدد من المواقف التي ضاع فيها الحق بسبب ضعف دفاع اصحابها عن حقهم فيها؟ وبماذا توجه زملائك في هذا الأمر؟

مهارة الدفاع عن الحقوق الشخصية



مهارة الدفاع عن الحقوق الشخصية :

أن لك حقوق وخصوصيات .. أنت الوحيد
المعني بالمحافظة عليها والدفاع عنها ، وأول
خطوة في طريق الدفاع عن الحقوق .. معرفة
هذه الحقوق وسبل المحافظة عليها



شكراً لكم



الإجابة على الأسئلة