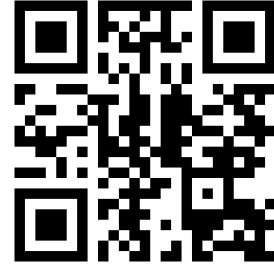


تم تحميل هذا الملف من موقع المناهج البحرينية



الملف ملخص مقرر أسر

[موقع المناهج](#) ← [الصف الأول الثانوي](#) ← [تربية أسرية](#) ← [الفصل الثاني](#) ← [الملف](#)

روابط مواقع التواصل الاجتماعي بحسب الصف الأول الثانوي



روابط مواد الصف الأول الثانوي على تلغرام

[الرياضيات](#)

[اللغة الانجليزية](#)

[اللغة العربية](#)

[التربية الاسلامية](#)

المزيد من الملفات بحسب الصف الأول الثانوي والمادة تربية أسرية في الفصل الثاني

نموذج إجابة امتحان نهاية العام الدراسي	1
كراسة أنشطة مقرر أسر 102 (المهارات الحياتية)	2
مراجعة النهائي وحل أنشطة الكتاب	3
ملخص التنمية المستدامة	4
ملخص المشروعات الصغيرة مقرر أسر 102	5

مفهوم اتخاذ القرار " العملية التي يجري من خلالها الالتزام باتخاذ قرار ما،

وهي عملية عقلية تهدف إلى إحداث تغييرات للوصول إلى نتائج إيجابية لموقف أو قضية ما "

أنواع القرارات: 1- قرارات تخص الفرد: تخص فرداً بعينه، ولا تؤثر بشكل مباشر في حياة الآخرين مثل شراء هاتف نقال.

2- قرارات تخص الجماعة: وهي متعلقة بمصير مجموعة من الناس وقد يجري لتخاذها من قبل فرد واحد او من قبل مجموعة

3- قرارات عادية: القرار الذي نقوم باتخاذها ولا يكون له تأثير مهم او خطير ، مثل أن السفر في بداية الإجازة او منتصفها.

4- القرار المصيري: قد يخص الفرد أو يخص مجموعة من الأشخاص، مثل أن يقرر شخص أن ينتقل للعمل في مدينة أو دولة أخرى او قرار التقاعد.

5- القرارات الدورية: التي يكون فيها متخذ القرار لديه فكرة عن الوقت الذي ستأتي فيه المشكلة التي تحتاج لاتخاذ قراراي ان المشكلة متكررة، مثل تحديد المكان الذي سيشتري ملابس العيد منه .

6- القرارات الطارئة: هي قرارات ليس لمتخذ القرار فكرة عن وقت اتخاذ القرار فيها، فالمشكلة المتعلقة بهذا القرار تأتي مفاجئة دون سابق إنذار ،مثل تعطل السيارة فجأة وسط الطريق.

خطوات اتخاذ القرار:



بيان أسباب المشكلة والتحليل الدقيق لها	جمع كافة المعلومات حول المشكلة	وضع تصورات للحلول الممكنة للمشكلة	دراسة الحلول المقترحة وتقييمها	تصور النتائج المتوقعة بعد حل المشكلة	وفيه يتم اختيار أفضل الحلول	وضع القرار موضع التنفيذ ودراسة النتائج التي تتم التوصل اليها
للتأكد من سلامة القرار المتخذ	1-وضع القرار موضع التنفيذ 2- النظر في النتائج المتحققة	صراح نفسك / شاور غيرك /افحص خياراتك/ انظر للسلبيات وللايجابيات لكل قرار/تعلم من النتائج السابقة	تعريف التفكير الناقد	القدرة على الحكم على الأشياء وفهمها وتقييمها طبقاً لمعايير معينة، من خلال طرح الأسئلة، وعقد المقارنات، ودراسة الحقائق، وتصنيف الأفكار والتمييز بينها؛ للوصول إلى استنتاج صحيح		

خطوات التفكير الناقد 1- جمع المعلومات والوثائق المتصلة بالمشكلة أو الموضوع واستعراض الآراء المختلفة.

2- مناقشة الآراء والحلول وتحديد الآراء الصحيحة وغير الصحيحة. 3- تمييز جوانب القوة والضعف في الآراء.

4- تقييم كل رأي بطريقة موضوعية وعدم التحيز لأي رأي. 5- تقديم الأدلة والبراهين التي تؤكد صحة الرأي المتخذ.

خصائص التفكير الناقد:- (يفرق بين الراي والحقيقة- يوظف مصادر علمية موثوق فيها- يبحث عن الاسباب والادلة- يفصل بين

التفكير العاطفي والمنطقي – مستطلع ومرن)

ملاحظة:- معوقات التفكير الناقد (التسرع – التعصب – البعد عن الموضوعية- البعد عن التفكير المنطقي -التفكير الروتيني)

الدرس الثاني مهارة الابداع والابتكار

مفهوم الابداع	مفهوم الابتكار
هو "عملية الإتيان بشيء جديد أو تحسين وتطوير شيء موجود وتجديده"	هو " الخطوات التنفيذية لتحويل الأفكار الإبداعية إلى واقع ملموس".

عناصر الابداع والابتكار (مكونات الابداع والابتكار)

1-الطلاقة:- وهي القدرة على انتاج افكار عديدة وتقاس بعدد الاستجابات وسرعة صدورها

2-المرونة:- ونعني بها درجة السهولة التي يتغير بها الفرد في موقف معين

3-الحساسية للمشكلات:- ونعني بان بعض الافراد أسرع من غيرهم في ملاحظة المشكلة

4-الأصالة:- وهي قدرة الفرد على انتاج افكار او حلول جديدة وغير مألوفة للمشكلة

طرق تنمية التفكير الإبداعي (توليد الأفكار الإبداعية والابتكارية) :

العصف الذهني	قبعات التفكير الست	طريقة سكامبر
" تقنية لحل المشكلات تستعمل لجمع عدد كبير من الأفكار والحلول في وقت محدد (من 5-15 دقيقة)	هي طريقة تساعد "المفكر" على الفصل بين المشاعر والمنطق ومعلوماته عن الإبداع ، هذه التقنية موضوعة على أساس ست قبعات تفكير،	تعرف بأنها تطوير الأفكار وتحسينها والخروج منها إلى فكرة جديدة من خلال الاستبدال أو التجميع
	1- القبعة البيضاء (التفكير المحايدت اي تمثل الحقائق) وفيها يتم جمع المعلومات	
	2- القبعة الحمراء تمثل العواطف أي مشاعر الفرد والآخرين حول الموضوع	
	3- القبعة السوداء تمثل التشاؤم الحذر أي الجوانب السلبية وعوامل الفشل	
	4- القبعة الصفراء تمثل التفكير المتفائل أي الجوانب الايجابية وعوامل النجاح	
	5- القبعة الخضراء تمثل الابداع أي توليد افكار ومشاريع جديدة	
	6- القبعة الزرقاء تمثل التحكم أي ضبط التفكير والمفاضلة بين الافكار المطروحة لاتخاذ القرار المناسب	

بعض مجالات الابتكار " كثيرة منها الآتي:

(الاقتصاد الرقمي، ريادة الأعمال، التطبيقات الذكية، والطاقة الشمسية، والروبوتات، وعلوم الفضاء والأدب وفنونه، والفقه

وأصوله، والاقتصاد، والكيمياء، والتكنولوجيا، والعسكرية، وعلوم اللغة، والرسم...)

- جهود مملكة البحرين في مجالات الابداع والابتكار:- من أجل زيادة التنافسية والكفاءة في القطاع العام بما يتماشى مع

أهداف الرؤية الاقتصادية 2030 اتبعت مملكة البحرين نهجا يشجع على الابتكار ينقسم الى قسمين هما:

1-المبادرات الحكومية ومنها الاستثمار في الابتكار – حكومة مبتكرة – دعم الابتكار – حاضنات ومسرعات الاعمال – حماية الافكار المبتكرة -فريق البحرين للفضاء

2-الجوائز والمسابقات ومنها مسابقة فكرة للابتكار الحكومي – جائزة التميز للحكومة الالكترونية

ملاحظة :- الذكاء الاصطناعي (هو جميع التقنيات التي تمكن اجهزة الحاسب من محاكاة الذكاء البشري ومثال ذلك المركبة

الذاتية القيادة)

مفهوم ريادة الأعمال	إنشاء عمل حرّ يتسم بالإبداع، ويتصف بالمخاطرة (فهي نهج منظم في تحديد الافكار والتخطيط لها)
الابعاد الرئيسية التي تركز عليها ريادة الأعمال	1- حر " الاستقلالية " الا يعمل لدى الاخرين ويكون مستقلا 2-المخاطرة المدروسة وليست عشوائية ويحولها لفرص إيجابية 3-الابداع والابتكار في أسلوب البيع والإنتاج والتسويق
مفهوم رائد الأعمال	هو الشخص الذي لديه الإرادة والقدرة، والإبداع لتحويل فكرة جديدة، أو تطوير فكرة قائمة إلى مشروع ريادي

أهمية الريادة في التنمية الاقتصادية في المجتمع

تعد من الأسس المهمة التي تبني عليها المؤسسات الريادية، ومدى قدرتها على التنافس في الأسواق ، و تحقيق الاستدامة في سوق العمل ؛ ولذا كان الاهتمام بالفكرة الريادية ، واكتشاف مصادر توليدها من الأمور التي اعتنى الباحثون بها ، و مدى تأثيرها في رائد الأعمال ، وما هي الأفكار الريادية التي يمكن أن توجه مؤسسته الريادية ، وتحدد مجال سوق العمل المناسب لها

أهمية ريادة الأعمال 1- دعم الاقتصاد الوطني بما يتواءم مع رؤية المملكة بحلول العام 2030.

2- اكتشاف موارد جديدة.

3- إيجاد وفتح أسواق جديدة للسلعة أو الخدمة.

4- الإسهام في خلق فرص وظيفية جديدة في المجتمع.

ملاحظة:- ريادة الأعمال الاجتماعية هي نهج من خلاله يطور الافراد والجماعات حلولاً لأي قضايا اجتماعية او بيئية او ثقافية.

سمات رائد الأعمال 1- الثقة بالنفس التي تمكنه من الالتزام بتحقيق أهدافه

2-الابداع والابتكار والاطلاع علي أحدث التقنيات والوسائل

3-الحماس والطموح لدفعه للإنجاز الدائم

4-تحمل المخاطر: والنظر للأمور بإيجابية وتفاؤل، ويقبل المخاطرة المحسوبة

5-يتقبل النقد: ومرونة لتقبل آراء الآخرين، والاستفادة من نصائحهم

6-المثابرة والإصرار: يعمل بإصرار ومثابرة للوصول الي الهدف المطلوب، وهو يرفض الانسحاب من المواقف الصعبة،

7-القدرة على الإقناع: لديه قدرة على اقناع الاخرين بفكرته وبوجهة نظره باقتدار

أهمية الابداع والابتكار في مجال ريادة الأعمال

1-انشاء مشروعات ريادية جديدة.

2-البحث عن المادة الأولية وتحويلها وتطويرها وتعديلها للحصول على منتجات جديدة.

3-اكتشاف طرائق جديدة في الانتاج لتوفير الجهد والوقت والمال.

4-انتاج منتجات جديدة تتناسب مع متطلبات المستقبل.



الدرس الرابع (المشروعات الصغيرة وحاضنات الأعمال)

<p>هو مشروع مستقل في ملكيته وإدارته، وغالبًا ما يستحوذ على حصة في السوق</p>	<p>مفهوم المشروع الصغير</p>															
<p>1- إنتاجية (اساسها التحويل مثل صناعة الذهب) 2-خدمية (اداء خدمه نيابة عن العميل مثل المخلص الحكومي) 3-تجارية (تعني شراء سلعة واعادة بيعها مثل البرادات)</p>	<p>تقسيم المشاريع حسب نوعية النشاط</p>															
<p>- عدد العاملين -حجم المبيعات -حجم رأس المال المستثمر -حجم الارباح المتحققة من المشروع - حصة المنشأة في السوق</p>	<p>المعايير التي يعتمد عليها في تحديد المشروع</p>															
<table border="1"> <thead> <tr> <th>المعايير</th> <th>نوع المؤسسة</th> <th>المتناهية الصغر</th> <th>الصغيرة</th> <th>المتوسطة</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>عدد العمالة</td> <td></td> <td>حتى 5 عمال</td> <td>6-50 عاملاً</td> <td>51-100 عاملاً</td> </tr> <tr> <td>الإيرادات السنوية (دينار بحريني)</td> <td></td> <td>1-50000</td> <td>1-5 مليون</td> <td>1-10 مليون</td> </tr> </tbody> </table>	المعايير	نوع المؤسسة	المتناهية الصغر	الصغيرة	المتوسطة	عدد العمالة		حتى 5 عمال	6-50 عاملاً	51-100 عاملاً	الإيرادات السنوية (دينار بحريني)		1-50000	1-5 مليون	1-10 مليون	
المعايير	نوع المؤسسة	المتناهية الصغر	الصغيرة	المتوسطة												
عدد العمالة		حتى 5 عمال	6-50 عاملاً	51-100 عاملاً												
الإيرادات السنوية (دينار بحريني)		1-50000	1-5 مليون	1-10 مليون												
<p>1-توفير فرص عمل والحد من البطالة والفقير. 2-داعمة للأنشطة الكبيرة والمتوسطة. 3-الاستفادة من الثروات المحلية واعادة تفعيلها. 4-المساهمة في حركة التصدير ورفد الاقتصاد الوطني بالعملات الاجنبية. 5-تحفيز الشباب للاهتمام بالعمل وتقديمه ليصبح شبابا منتجا وفاعلا في المجتمع. 6- تنوع تشكيلة المنتجات (التجارية- الصناعية - الزراعية - الخدمات) في الهيكل الاقتصادي للبلاد</p>	<p>أهمية المشروعات الصغيرة في الاقتصاد الوطني</p>															
<p>توفير المبالغ النقدية اللازمة لدفع مشروع خاص أو عام وتطويره ومن مصادر التمويل للمشروعات الصغيرة في مملكة البحرين:- 1-<u>مصادر التمويل الذاتية</u> مثل "الفرد نفسه - الاسرة -الأصدقاء" 2-<u>الجهات التمويلية الحكومية</u> " بنك البحرين للتنمية - مؤسسة تمكين" 3-<u>الجهات التمويلية الخاصة</u> " بنك الابداع - بنك العائلة -البنوك التجارية"</p>	<p>التمويل</p>															
<p>هي مؤسسات قائمة بذاتها، "لها كيان قانوني، تهدف الي تقديم الخدمات والتسهيلات الي المستثمرين الصغار وبخاصة أصحاب المشاريع المبدعة ملاحظة:- الفرق بين المسرعات والحاضنات في مدة الاحتضان للمشروع ففي الحاضنات تكزن فترات طويلة(اكثر من 6شهور لعدة سنوات) اما المسرعات فتكون بين شهر الي 6 شهور</p>	<p>تعريف حاضنات ومسرعات الأعمال</p>															

أهم الطرق لإيجاد أفكار المشروعات

الإبتكار	اغتنام الفرص	التجديد
<p>وهو مشروعات جديدة لم تكن موجودة من قبل.</p>	<p>وهو وجود حاجة لدى قطاع معين من المستهلكين فيتم عمل مشروع يلبي هذه الحاجة. (مثل برادة في مجمع سكني جديد)</p>	<p>وهو إضافة بعض التطوير على مشروعات موجودة لتكون مميزة</p>

- أهمية حاضنات ومسرعات الأعمال -/

- 1- دعم المهارات والابداع.
- 2- توفير جميع السبل لبدء وانطلاق المشروع المطلوب.
- 3- تقديم الخدمات والتسهيلات لأصحاب المشاريع من توفير مكان مناسب والتمويل وخبرات وتسويق منتجاتهم.
- 4- زيادة فرص نجاح المشروعات الناشئة.
- 5- ايجاد الحلول لأي مشاكل قد تواجه المشروعات.

ملاحظة:- تعتبر المشروعات الصغيرة مهمة جدا للاقتصاد الوطني لانها توفر فرص عمل وتحد من مشكلات الفقر والبطالة وداعمة للأنشطة الكبيرة والصغيرة وتخلق شباب منتج وفاعل وتساهم في حركة التصدير

- تصنف حاضنات الأعمال الى

- **1- حكومية** مثل مركز البحرين للتنمية وريادات (مركز تنمية قدرات المرأة البحرينية
- **2- خاصة** وهي تخضع لإشراف وزارة الصناعة والتجارة والسياحة وعددها 24 مؤسسة خاصة،
- **3- مختلطة** مثل مؤسسة تنمو ومؤسسة ركن

الفصل الثالث مهاراتى المالية الدرس الخامس والسادس (الثقافة المالية- ترشيد المستهلك)

هي امتلاك الأفراد معارف ومهارات في إدارة المال، ووعيهم بأن قراراتهم وتصرفاتهم المالية سيكون لها تأثير في حياتهم الشخصية	الثقافة المالية
<ol style="list-style-type: none"> 1- تشجيع الأفراد على الاستثمار والمشاركة في الاسواق المالية. 2- تسمح للتخطيط لمرحلة التقاعد والاستعداد الجيد لها. 3- تمنح الأفراد القدرة على المفاضلة بين المنتجات والخدمات المالية المتاحة امامهم واختيار المنتج المناسب لمقدرتهم المالية. 4- الافراد ذوو الثقافة المالية لايتأثرون بالقرارات المالية لأقرانهم كالاصدقاء والجيران وزملاء العمل 5- اصحاب الثقافة المالية العالية لديهم المقدرة على الادخار بنظام واستمرار. 6- تحقيق الأمن المالي للاسر وتجنب الوقوع في عجز مالى. 7- تسمح ثقافة الافراد المالية بالتغلب على نقص المساعدات الحكومية وعلى تخفيضها. 	أهمية الثقافة المالية
توفير بعض المال لرغبات أو حاجات مستقبلية".	الادخار
<p>التخطيط لتحديد طريقة استعمال الدخل المالى للفرد أو الأسرة في فترة زمنية محددة والهدف من وضع الميزانية كالاتي: - يساعد الأسرة على العيش في حدود إطار دخلها - يحدد الحاجات الفعلية للأسرة - تجنب حالات التبديد والتبذير والعشوائية في التصرف، ووضوح الرؤية للوضع المادى --توفير سجلات مالية نافعة يمكن الرجوع إليها عند الحاجة</p> <p>بنود ميزانية الأسرة (بنود ثابتة مثل ايجار المسكن- بنود متغيرة مثل الملابس – بند الادخار للظروف الطارئة)</p>	ميزانية الاسرة
اسس عامة لوضع الميزانية (تكون واقعية و متمشية مع اهداف الاسرة وتساعد على تحسين وضع الاسرة وطرق معيشتها ومرنة وتراعى الادخار لأى ظروف طارئة)	
هو حسن استعمال الموارد المتاحة للفرد واستغلالها وعدم الإسراف في استعمالها وتقليل المفقود منها بقدر الإمكان	ترشيد الاستهلاك
هو الانتفاع بالموارد المتاحة لأقصى حد ممكن	الاستهلاك



اعداد أ. شريف الفيومي	مفهوم المستهلك
	حقوق المستهلك
<p>هو الذي يحسن استعمال الموارد المتوافرة لديه لتعود عليه بالنفع</p> <p>1- الحق في الصحة والسلامة عند الاستعمال العادي للمنتجات (تقوم أجهزة الدولة بفحص المنتجات قبل عرضها بالسوق) 2- حق المعرفة: (بطاقات تعريفية تلصق على السلع موضح بها محتوياتها وطريقة استعمالها والعناية بها) 3- حق احترام خصوصية المستهلك: (الحفاظ على المعلومات الشخصية للمستهلك وعدم استعمالها في اغراض اخرى) 4- الحق في الاختيار الحر للمنتجات: (بتوفير العديد من البدائل المتنوعة من نفس المنتج وعلى المستهلك الاختيار فيما بينها) 5- الحق في الحصول على المعرفة بحماية حقوقه ومصالحه المشروعة (تمثل مصالح المستهلك لدى الجهات الرسمية وغير الرسمية كمكاتب تلقي الشكاوى او الاقتراحات وتخصيص برامج تليفزيونية لمثل ذلك) 6- حق المستهلك في الحياة في بيئة صحية (اتخاذ اجراءات تضمن للمستهلك العيش والعمل في بيئة نظيفة و خالية من المخاطر والتلوث)</p>	
مسؤوليات المستهلك	
<p>1- قبل الشراء، على المستهلك أن يتأكد من توافر الضمانات وبلد المنشأ للمنتج وطريقة التخزين وتعليمات الاستعمال وتاريخ الصلاحية. 2- على المستهلك أن يطلب الفاتورة من المزود ويتأكد من أن بيانات السلعة أو الخدمة مدرجة قبل مغادرة المحل، مع ضرورة الاحتفاظ بها. 3- يفحص المستهلك السلعة جيدا للتأكد من أنها خالية من أي عيوب قبل مغادرة المحل. 4- فيما يتعلق بالسلع المعمرة (مثل التلفاز، وغسالة الملابس وغيرها)، على المستهلك أن يتأكد من فهم تفاصيل الخدمات المقدمة بعد الشراء، وأن يعرف الأجزاء التي يشملها الضمان. 5- قراءة العقود والضمانات المقدمة على المنتجات بدقة قبل التوقيع عليها.</p>	
حماية المستهلك	
<p>تعني حماية كل أفراد المجتمع من أي استغلال ومكافحة الغش؛ وتوافر الامان عند إجراء أي معاملة تجارية</p> <p>1- تنفيذ أحكام القوانين والتشريعات المنظمة لحماية حقوق المستهلك 2- اتخاذ التدابير اللازمة لحماية المستهلك، وفقا للقوانين والأنظمة المعمول بها في مملكة البحرين 3- اتخاذ التدابير اللازمة لمكافحة الغش التجاري، وفقاً للقوانين والأنظمة المعمول بها 4- تلقي الشكاوى من المستهلكين والتحقق منها وفض النزاعات بين المستهلكين والمزودين والعمل على حلها ودياً ما أمكن ذلك</p>	
اساليب الاعلان	
<p>استعمال حقيقة معروفة- استعمال خدع لفظية وسينمائية -استخدام شخصية مشهورة -تكرار الاعلان</p>	
كيفية مواجهة المستهلك لتأثير الاعلانات	<p>1- التأكد من حقيقة الاعلان ومدى صالحيته قبل قرار الشراء 2- التمييز بين الاعلانات العاطفية والاعلانات الحقيقية 3- مقارنة المستهلك بين سعر ما يعلن عنه وميزانيته قبل الاقدام على الشراء 4- البعد عن الاعلانات التي تحتوي على شروط شراء</p>

الادخار هو توفير بعض المال لرغبات أو حاجات مستقبلية وينقسم الي نوعين

2- ادخار نقدي

على هيئة نقود: وهو الادخار الغالب في الوقت الحاضر.

1- ادخار عيني

ويكون على هيئة سلع أو بضائع مثل حفظ بعض الخضروات أو الفواكه في مواسمها واستعمالها فيما بعد.

ب- الادخار الاختياري

ونعني به امتناع الفرد عن استعمال جزء من دخله برضاه دونما إجبار من أحد ويتمثل في حسابات التوفير في البنوك

أ- الادخار الإجباري

وهو اقتطاع جزء من الدخل من قبل الدولة في مقابل المعاش التقاعدي لموظفيها عند نهاية خدمتهم.

فائدة الادخار الاختياري :

- 1- تأمين الحاجات المستقبلية للأسرة. 2- تكوين احتياطي لمواجهة الظروف والاحداث غير المتوقعة في المستقبل.
- 2- توفير دخل يتزايد تدريجيا لمواجهة المستوى المعيشي المتزايد باستمرار.
- 3- تنمو النقود بالادخار وتتناقص بدون ادخار.
- 4- ازدهار الوطن وتنميته نتيجة تشغيل المال المدخر في الاعمال التجارية والصناعية المشروعة.



أمن المعلومات

الامن المعلوماتي

هو "حماية المعلومات وعناصرها المهمة (الدرجة) بما في ذلك الأنظمة والأجهزة التي تستعمل هذه المعلومات وتخزينها وترسلها"

هو " حماية الافراد والشركات من الخسارة المادية نتيجة فقد معلومات الحسابات البنكية كرقم بطاقة الائتمان،

أبرز تهديدات أمن المعلومات



أنظمة مملكة البحرين في مكافحة جرائم المعلومات. قامت البحرين بإصدار المرسوم رقم 109 لسنة 2011م بإنشاء الإدارة العامة لمكافحة الفساد والأمن الاقتصادي والإلكتروني التي يندرج تحت مظلتها عدداً من الإدارات الأمنية 6 إدارات التي تحفظ دعائم الاقتصاد الوطني وهي:-

1- إدارة مكافحة الجرائم الاقتصادية: تختص بمكافحة جرائم الاحتيال وخيانة الأمانة والتزوير وتزييف العملات وجرائم الشيكات والبطاقات الائتمانية

2- إدارة مكافحة الجرائم الإلكترونية: تختص بمكافحة سرقة واختراق للبريد الإلكتروني والإساءة والتشهير والسب أو الابتزاز باستعمال وسائل إلكترونية

3- إدارة مكافحة جرائم الفساد: تختص بمكافحة الرشوة والاختلاس واستغلال النفوذ وإساءة استعمال النفوذ، إضافة إلى الرشوة والاختلاس في القطاع الخاص

4- إدارة التحريات المالية: وتختص بمكافحة جرائم غسل الأموال وتمويل الإرهاب وجرائم تهريب الأموال

5- إدارة الشرطة العربية والدولية "الإنتربول": وهي الوسيط بين وزارة الداخلية بمملكة البحرين وشعب وإدارات الاتصال في وزارات الداخلية بجميع الدول الأعضاء في المنظمة الدولية وتهدف لتأمين المساعدة المتبادلة بين الدول الأعضاء في المجالات الأمنية والاستخباراتية وتسليم المجرمين

6- إدارة البحث والتحري: التي تختص بجمع المعلومات والاستدلالات والتحريات وإعداد التقارير الأمنية والاستخباراتية في جميع القضايا التي تباشرها جميع الإدارات السالفة الذكر.

إرشادات أمنية لحماية معلوماتنا

- 1- كن حذرا حين استعمالك للإنترنت، ولا تكشف أي معلومات شخصية
- 2- لا تستعمل اسمك الحقيقي ولا تضع عنوانك ورقم هاتفك في أي رابط لمواقع أو صفحات
- 3- كن حذرا حول إرسال الصور إلى أشخاص لا تعرفهم معرفة جيدة
- 4- لا تتحدث عن معلوما تك الشخصية أو عن عائلتك أو أصدقائك
- 5- لا تشارك أحداً كلمة السر الخاصة بك، واحرص على وضع كلمة مرور أو كلمة سر معقدة
- 6- لا تستجيب للرسائل غير اللائقة أو رسائل البريد الإلكتروني
- 7- استعمل برامج الحماية من الفيروسات
- 8- تجنب الدخول للمواقع الحساسة كالبنوك عن طريق روابط من مواقع أخرى
- 9- تأكد من وجود <https> في شريط العنوان الخاص بالصفحة التي تطلب بياناتك الخاصة
- 10 - لا تعلن عن مكانك عبر شبكات التواصل الاجتماعي، كقولك أنا الآن في مطعم، فقد تستغل للقيام بعمليات سرقة نتيجة غيابك عن المنزل

- عدد عناصر أمن المعلومات؟

- ج: 1- السرية وتعني منع الوصول الى المعلومات الا للشخاص المصرح لهم فقط
- 2- السلامة وتعني ضمان ان المعلومات صحيحة و لا تتغير ولا تتبدل 3 - التوافر وتعني امكانية الوصول للمعلومات في اي وقت

ملاحظة: الفيروسات عبارة عن برامج قام بتطويرها وكتابتها مبرمجون محترفون وهي تعد من البرامج الخطيرة؟

- لانها تهدف الي تنفيذ أوامر معينة في جهاز الضحية كإلحاق الضرر بالحاسوب وما يحتويه من بيانات، أو فتح منافذ في الحاسوب يمكن عن طريقها اختراقه ومراقبته)

ملاحظة:- قامت البحرين بإنشاء الإدارة العامة لمكافحة الفساد والأمن الاقتصادي والإلكتروني التي يندرج تحت مظلتها عدد من الإدارات الأمنية لكي تحفظ دعائم الاقتصاد الوطني وتعزز البيئة الاقتصادية الأمانة و تدفع عجلة التنمية والنهضة.

الدرس الثامن (الاقتصاد الرقمي والمواطنة الرقمية)

المواطنة الرقمية	الاقتصاد الرقمي
هي جملة المعايير والضوابط السلوكية والأخلاقية والقانونية الهادفة إلى ضمان الاستعمال السليم للتكنولوجيا الرقمية	هو ممارسة الأنشطة الاقتصادية في المجال الإلكتروني باستعمال وسائط الاتصالات وتكنولوجيا المعلومات

مظاهر الاقتصاد الرقمي: التسويق الإلكتروني، والاستثمار الإلكتروني، والحكومة الإلكترونية والتجارة الإلكترونية وغيرها

مفهوم التجارة الإلكترونية هي كل نشاط تجاري ينفذ بوساطة الإنترنت ووسائل الاتصال الإلكتروني بين المشتري والبائع؛ إذ يجري توفير السلعة أو الخدمة، وتسديد ثمنها، وتوصيلها إلى موقع استلامها **بطريقة إلكترونية** ،

محاور المواطنة الرقمية

1- الوصول الرقمي: المشاركة الإلكترونية الكاملة في المجتمع

2- التجارة الرقمية: بيع وشراء البضائع إلكترونياً وهي تشمل البيع والشراء عبر الإنترنت

3- الاتصال الرقمي: التبادل الإلكتروني للمعلومات توعية الفرد بآداب السلوك والقواعد الواجب اتباعها،

4- محور الأمية الرقمية: عملية تعليم وتعلم التكنولوجيا واستعمال أدواته

5- اللياقة الرقمية: المعايير الرقمية للسلوك والجراءات إبراز دور الإباء والتربويين في التعرف بأساسيات قواعد السلوك الرقمي،

الذي يقوم على مبدأ الاحترام

6- القوانين الرقمية: المسؤولية الرقمية عن الأعمال والأفعال من خلال الوعي بالعقوبات التي تترتب على: استعمال برامج القرصنة، أو اختراق البرامج والأنظمة أو التحرش أو سرقة الهوية وغيرها

7- الحقوق والمسؤوليات الرقمية: الحريات التي يتمتع بها الجميع في العالم الرقمي توعية بالحقوق الإلكترونية مثل: حقوق الملكية الفكرية أو الحقوق المدنية

8- الصحة والسلامة الرقمية: الصحة النفسية والبدنية في عالم التكنولوجيا الرقمية أخذ الحيطة والحذر من المخاطر الجسدية والنفسية الكامنة التي يمكن أن تصيبهم من جراء استعمالهم للتكنولوجيا،

9- الأمن الرقمي (الحماية الذاتية): إجراءات ضمان الوقاية والحماية الإلكترونية الوعي بالاستخدام الآمن للوقاية من مشكلات

سرقة البيانات، والاحتيال، والتحرش

البصمة الرقمية هي سلسلة من "آثار الأقدام" التي تتركها وراءك في كل مرة تتصل فيها بالإنترنت. فتقوم مواقع الشبكة العنكبوتية التي تزورها بتسجيل مجموعة من الأرقام الفريدة الخاصة بجهازك.

مهارات وخصائص المواطنة الرقمية

إن السلوكيات والأعراف في المواطنة الرقمية تتضمن نطاقاً واسعاً، فلا بد من الأفراد أن يتمتعوا ببعض المهارات التي تعد جزءاً من مواظنتهم، وهي :

- هوية المواطن الرقمي / القدرة على إدارة وقت الشاشة/ إدارة التسلط عبر الإنترنت.** واكتشافها والتعامل معها بحكمة/
 - إدارة الأمن السيبراني (الجرائم الإلكترونية).** حماية البيانات عن طريق إنشاء كلمات مرور قوية
 - إدارة الخصوصية.** القدرة على حماية خصوصية الآخرين والمعلومات المشتركة
 - التفكير الناقد.** التمييز بين المعلومات الحقيقية والخاطئة، والمحتوى الجيد والضار، والاتصالات الموثوقة والمشبوهة
 - البصمات الرقمية.** القدرة على إدارة وفهم طبيعة الآثار الرقمية وآثارها الواقعية بمسؤولية
 - التعاطف الرقمي.** فهم احتياجات ومشاعر الآخرين على الشبكة العنكبوتية
- خصائص المواطن الرقمي:**

- يلتزم الأمانة الفكرية. - يحترم الثقافات والمجتمعات في البيئة الافتراضية.
- يحافظ على المعلومات الشخصية. - يدير الوقت الذي يقضيه في استعمال الوسائط الرقمية.
- يستعمل الإنترنت استعمالاً منظماً وفعالاً. يحمي نفسه من الأفكار السلبية التي تنشر في الوسائط الرقمية.
- يستعمل المعلومات والتكنولوجيا استعمالاً آمناً وقانونياً.

الفصل الخامس: مهاراتي البيئية الدرس التاسع (التربية البيئية)

المصطلح	المفهوم
القدرة على التقويم البيئي	معاونة الأفراد والجماعات على تقويم مقاييس وبرامج تربية بيئية
الوعي البيئي	معاونة الأفراد والجماعات على إدراك مشكلات البيئة وجميع جوانبها المرتبطة بها
المعرفة البيئية	إتاحة الفرصة للأفراد والجماعات لاكتساب خبرات متنوعة
البيئة	المكان الذي يعيش فيه المخلوق الحي أو الاطار الذي يعيش فيه الإنسان، ويحصل منه علمقوما حياته من غذاء وكساء ومأوى ودواء، ويمارس فيه نشاطاته المختلفة"
التربية البيئية	عملية ينتج منها تكوين القيم والاتجاهات والمهارات اللازمة لفهم وتقدير العلاقات التي تربط الإنسان بالبيئة
الوعي البيئي	عملية تهدف معاونة الأفراد والجماعات على اكتساب الوعي بالبيئة وجميع جوانبها والمشكلات المرتبطة بها

ملاحظة: أهمية التربية البيئية من الجانب الأخلاقي ومن الجانب العلمي ومن الجانب الاقتصادي

<u>المبدأ الأخلاقي</u>	<u>المبدأ العلمي</u>	<u>المبدأ الاقتصادي</u>
أن يكون الإنسان نافعاً، مثل المساهمة في تشجير البيئة المدرسية، والعمل التطوعي	التعامل مع البيئة من خلال العلم مثل دور البحث العلمي في تنمية الثروة النباتية والتخطيط لتقليل التلوث.	استغلال موارد البيئة استغلالاً منظماً وغير عشوائي مثل استغلال الثروات الطبيعية ومنها الغابات استغلالاً منظماً وعدم إهدارها

أهداف التربية البيئية

- 1. الوعي البيئي:** وهي عملية تهدف إلى اكتساب الوعي بالبيئة وجميع جوانبها والمشكلات المرتبطة بها.
 - 2. المعرفة البيئية:** ويقصد بها اكتساب خبرات متنوعة.
 - 3. المهارات البيئية:** معاونة الأفراد والجماعات على اكتساب المهارات لتحديد المشكلات البيئية وحلها.
 - 4. الاتجاهات والقيم البيئية:** وتعني إكساب الاتجاهات والقيم ومشاعر الاهتمام بالبيئة وحمايتها وتحسينها.
 - 5. المشاركة البيئية:** في حل المشكلات الملحة، مثل مشكلة ثقب الأوزون التي تتطلب تكاتف كل الدول
 - 6. القدرة على التقييم البيئي:** مقاييس وبرامج تربية بيئية في ضوء العوامل الاقتصادية والاجتماعية والنفسية والاجتماعية والثقافية
- تنقسم البيئات الى قسمين هما:-**

<u>البيئة الطبيعية</u>	<u>البيئة المشيدة</u>
وهي البيئة التي لا دخل للإنسان في وجودها كالغابات والصحاري وبيئة الشعاب المرجانية وغيرها من البيئات الطبيعية	وهي التي من صنع الإنسان وتشمل المناطق السكنية، والصناعية والمراكز التجارية والمدارس والمعاهد والطرق والاراضي الزراعية وغيرها

أمثلة لبعض السلوكيات التي تؤدي إلى تلوث الماء أو الهواء :-

- (القاء نفايات المصانع في المسطحات المائية - تلوث الشواطئ - عوادم السيارات ودخان المصانع - قطع لأشجار الغابات وتحويلها إلى مزارع ومصانع ومساكن، والإفراط في استهلاك المراعي - استعمال الأسمدة الكيماوية والمبيدات وغيرها من الأنشطة البشرية)



التنمية المستدامة	البيئة المستدامة
ترجمة لتفاعل الإنسان مع البيئة لتجنب استنزاف الموارد الطبيعية أو تدهورها، والحفاظ على جودة البيئة لأمد طويل	هي القدرة على تلبية احتياجات الحاضر من دون المساس بقدرة الأجيال القادمة على تلبية احتياجاتهم الخاصة"

أهداف التنمية المستدامة:-

10 الحد من أوجه عدم المساواة	1 القضاء على الفقر
11 مدن ومستوطنات مستدامة.	2 القضاء على الجوع
12 الاستهلاك والإنتاج المسؤولان.	3 الصحة الجيدة والرفاه
13 تغير المناخ.	4 ضمان التعليم الجيد
14 حفظ المحيطات والبحار والموارد البحرية.	5 تحقيق المساواة بين الجنسين.
15 حماية النظم الإيكولوجية البرية.	6 ضمان توافر المياه وخدمات الصرف الصحي
16 السلام والعدل والمؤسسات القوية.	7 طاقة نظيفة وبأسعار معقولة
17 تعزيز الشراكات العالمية.	8 تعزيز النمو الاقتصادي والعمالة الكاملة
	9 إقامة بني تحتية والتصنيع الشامل وتشجيع الابتكار

ملاحظة:- الأبعاد الثلاثة للتنمية المستدامة هي: 1- البعد الاقتصادي بهدف تطوير القدرات الانتاجية ودعم البحث العلمي وتحفيز الاستثمارات لمضاعفة الانتاج بما يكفي احتياجات النسان

2- **البعد الاجتماعي** ويتمثل في التوزيع العادل للثروات وتوفير الحماية الاجتماعية والخدمات الصحية لجميع افراد المجتمع دون تمييز

3- **البعد البيئي** من خلال تطوير مصادر الطاقة المتجددة وترشيد استهلاك المصادر الغير متجددة وإعادة التدوير والتقليل من الآثار الضارة للأنشطة الانتاجية"

ملاحظة:- لماذا يجب على كل دول العالم الإسراع في تطبيق أهداف التنمية المستدامة؟

لعمل على إنهاء الفقر وحماية الكوكب وضمان تمتع جميع الناس بالسلام والازدهار بحلول عام 2030.، ويتطلب تحقيقها شراكة بين الحكومات والقطاع الخاص والمجتمع المدني والمواطنين على حد سواء للتأكد من أننا نترك كوكباً أفضل للأجيال القادمة.

- نماذج من إنجازات مملكة البحرين في مجال التنمية المستدامة في البعد البيئي:-

(الدستور. - ميثاق العمل الوطني. - قانون البيئة والقرارات المنفذة له. - قانون حماية الفطرية والقرارات المنفذة له. - قانون الثروة البحرية والقرارات المنفذة له. - التنظيم المؤسسي لحماية البيئة)

- دور المجلس الأعلى للبيئة في تحقيق الأهداف البيئية للتنمية المستدامة:-

(قام بصياغة الفصول المعنية بالأهداف البيئية ، وجمعها وحصرها مع تحليل تلك البيانات من مصادرها المختلفة ،،،وقدم تقريراً متكاملاً في مشاركته ضمن وفد مملكة البحرين في المنتدى السياسي التابع للأمم المتحدة بنيويورك واستعراض جهود المملكة في تحقيق اهداف التنمية المستدامة)

بعض مؤسسات وهيئات التنمية المستدامة في مملكة البحرين:

- 1- المجلس الأعلى للبيئة.
- 2- المؤسسة الوطنية لحقوق الانسان
- 3- هيئة جودة التعليم والتدريب
- 4- المجلس الأعلى للمرأة

-أمثلة لبعض السلوكيات التي تؤدي إلى تلوث الماء أو الهواء، واقتراح الحلول الممكنة للحد من تلك السلوكيات الخاطئة:-

(انسكاب النفط والزيوت في الماء * الأبخرة والأدخنة المتصاعدة من الصناعات * المخلفات الزراعية كـ (المبيدات الحشرية)، والمخصبات.* تآكل التربة * حرق الوقود الأحفوري * يؤثر الضباب الدخاني والملوثات المسببة للحساسية في صحة الإنسان * يسبب تغير المناخ * تسبب الغازات السامة المنبعثة من احتراق الغازات والفحم أمراضاً حادة .)

كيفية حماية البيئة من التلوث

- 1-التقليل من رمي المخلفات وإعادة تدويرها . 2-التطوع والمشاركة في تنظيف المجتمع والمساحات المائية.
- 3- نشر ثقافة حماية البيئة بين افراد المجتمع. 4-التقليل من استخدام المياه، وبالتالي التقليل من مياه الصرف الصحي .
- 5-استخدام حقائب التسوق القابلة لإعادة التدوير والاستخدام، وتجنّب شراء العبوات البلاستيكية .
- 6-استخدام المصابيح المستدامة والموفرة للطاقة، للتقليل من انبعاث غازات الاحتباس الحراري.
- 7-زراعة الأشجار بكثرة، لأنها تزود الهواء بالأكسجين وتثقيه وتُحافظ على المناخ من التغير.

المرض	مفهوم الصحة
"هو عجز أو قصور في عضو أو جهاز أو أكثر من أعضاء أو أجهزة الجسم، أو عدم توافق ذهني أو اضطراب نفسي".	"هي حالة تكامل الجسم من الناحية البدنية والنفسية والعقلية والاجتماعية وليس مجرد خلوه من الأمراض والعاهات و الإعاقة"

الصحة العامة (public Health)

علم وفن حماية الصحة، والوقاية من الأمراض وتعزيز الصحة بغرض تحسين وإطالة العمر من خلال جهود منظمة وخيارات مستنيرة للمجتمع، والمنظمات العامة والخاصة والمجتمعات والأفراد.

ومن أهداف الصحة العامة:

- الارتقاء بالمستوى الصحي العام من خلال تقديم الخدمات الصحية إلى جميع أفراد المجتمع.
- توفير بيئة صحية سليمة عن طريق العناية بالمسكن ومياه الشرب وتأمين الغذاء المتكامل والمحافظة على البيئة.
- السيطرة على تفشي الأمراض ومنع انتشارها ومنع حدوثها، وذلك بالكشف المبكر وتنفيذ برامج الوقاية الخاصة بها.
- تثقيف أفراد المجتمع صحياً من خلال برامج ثقافية صحية، وحث الأفراد على اتباع السلوكيات الصحية السليمة.
- تحسين الحياة الاجتماعية لكل فرد من أفراد المجتمع.
- التأهيل الصحي والبدني للمصابين ليصبحوا أفراداً طبيعيين متمتعين بالقدر المناسب من الصحة.

مصادر العدوى ومستودعها:

1- مستودعات بشرية: وهي يعد البشر المستودعات الرئيسية لمسببات الامراض التي تصيبهم فقد ينقلون مسبب المرض نقلاً مباشراً او غير مباشر الى افراد اخرين.

2- مستودعات حيوانية: وهي نتيجة لانتقال مسببات الامراض من الحيوانات مثل داء الكلب والانفلونزا .

3- مستودعات أخرى: هي الأماكن التي تنمو وتتكاثر فيها الكائنات المعديّة مثل التربة والماء والغذاء الملوث.

تنتقل مسببات الأمراض بصورة أساسية إلى البشر بثلاث طرائق:

1- الاتصال المباشر الاتصال بالناس الاخرين بشكل مباشر فتنقل الامراض مثل الانفلونزا.

2- الاتصال غير المباشر انتقال المرض عن طريق الهواء او لمس الأشياء الملوثة او رذاذ العطس والكحة.

3- الناقلات مثل انتقال المرض عن طريق المفصليات والحشرات اللاذعة كالبعوض والذباب.

إجراءات مكافحة الأمراض المعدية تقسم الى ثلاثة أقسام هي:-

- 1- **منع انتشار الامراض المعدية.** وذلك عن طريق القضاء على مصدر العدوي - خفض القدرة على العدوى باعطاء علاج مناسب - حجز مصدر العدوي بعزل المريض -صحة البيئة بالتطهير والتخلص من الفضلات باستمرار - التثقيف الصحي حول خطورة العدوي وطرق الوقاية منها.
- 2- **زيادة مقاومة المضيف الجديد** بالتحصين بالأمصال (وهي اجسام مضادة يحقن بها الانسان او الحيوان) او الامصال (وهو اعطاء لقاح للشخص بهدف تكوين مناعة لديه لحمايته من الاصابة بالمرض).
- 3- **الإقلال من أثر الحالات** التي لم يتمكّن من منع ظهورها بالرعاية والتمريض.

طرق الوقاية من الأمراض المعدية

- 1- أخذ اللقاحات.
- 2- عدم ملامسة المريض.
- 3- غسل الفواكه والخضروات جيدا قبل تناولها.
- 4- زيارة الطبيب كلما دعت الحاجة.
- 5- تناول الأدوية في حالة الاصابة بالمرض.
- 6- الاهتمام بالنظافة الشخصية.
- 7- التنظيف الدوري للمنزل.
- 8- الطهي الجيد للغذاء.
- 9- استعمال خدمة الدفع الالكتروني.
- 10- غسيل المعلبات بالماء والصابون.
- 11- لبس الكمامات والقفازات في أثناء عملية التسوق.

إجراءات مملكة البحرين في مواجهه جائحة كورونا

- 1- إتاحة الفحص المجاني لجميع المواطنين والمقيمين.
- 2- تقديم العلاج اللازم لجميع الحالات القائمة والمصابة بالفيروس المستجد
- 3- إغلاق أغلب الأماكن العامة لتقليل التجمعات والمؤسسات التعليمية وتطبيق نظام التعليم عن بعد.
- 4- إطلاق حملة وطنية شاملة بعنوان "مجتمع واعي"
- 5- تفعيل خط مجاني بلغات متعددة
- 6- إطلاق الحملة الوطنية "متكاتفين لأجل سلامة البحرين"
- 7- إطلاق حملة "فيينا خير" بمبادرة من المؤسسة الملكية للأعمال الإنسانية.

الدرس الثاني عشر (الصحة النفسية)

مفهوم الصحة النفسية هي " رضا وانسجام الفرد مع نفسه ومع الآخرين والمواقف والأحداث من حوله".

تتمثل مظاهر الصحة النفسية في تحقيق بعض الجوانب التالية

- 1-الإيجابية** اي المقدرة بذل الجهد وعلى مواجهة العقبات حتى لايشعر بالعجز.
- 2-التفاؤل** اي النظرة المتفائلة للامور وعدم التشاؤم .
- 3-تعرف الفرد على إمكانياته وقدراته** يحدد اهدافه وفقا لقدراته وامكانياته مع ادراكه بوجود فروق فردية بين الناس.
- 4- تقبل النقد ولا يشعر بالنقص لكي ينجح في عمله** ولا يد ان ينهمك في العمل الجماعي.
- 5-القدرة على إقامة علاقات اجتماعية ناجحة ويتوافق مع نفسه ومع الآخرين**
- 6-اشباع الفرد لدوافعه وحاجاته** دون افراط او تفريط
- 7-القدرة على ضبط الذات والتحكم في سلوكه**
- 8-ثبات الانفعال** فاستجابة الفرد للخوف مثلا في موقف يستدعي الخوف هي استجابة ايجابية معقولة.
- 9-النضج الانفعالي** اي قدرة الفرد على التعبير عن انفعالاته تعبيرا منضبطا بعيدا عن التهور.
- 10-القدرة على تحمل المسؤولية**

أهمية الصحة النفسية بالنسبة للفرد: يمكن الفرد من عدة أمور وهي:

- 1- النمو الاجتماعي السليم.
- 2- مواجهة مشكلات الحياة.
- 3-التعليم الجيد
- 4-النجاح المهني
- 5-تدعم الصحة البدنية للفرد.
- 6-رفع الانتاجية
- 7-امان وطمأنينة الفرد

أهمية الصحة النفسية بالنسبة للمجتمع:

- 1- تؤدي إلى تماسك المجتمع.
- 2- تؤدي إلى زيادة الإنتاج وكفاءته.
- 3-القضاء على العادات السيئة كالإدمان، والخمور والسرقه
- 4- يقلل من نسبة الانحراف والخروج عن القانون.
- 5-المجتمع الذي يسود أفراده الصحة النفسية يكون أقدر على التعاون والتكامل والتآلف لتحقيق أهدافه ورفقيه.

-مظاهر الصحة النفسية :-

- الإيجابية -التفاؤل - تعرف الفرد على إمكانياته وقدراته - تقبل النقد -القدرة على إقامة علاقات اجتماعية ناجحة
- اشباع الفرد لدوافعه وحاجاته - القدرة على ضبط الذات - ثبات الانفعال - النضج الانفعالي - القدرة على تحمل المسؤولية

تعريف الاضطرابات النفسية :-

(هي حالات من عدم التكيف مع الذات أو مع الآخرين أو مع جوانب الحياة المختلفة، بمعنى أن الاضطراب النفسي هو عكس الصحة النفسية.)

من امثلة الاضطرابات النفسية التي تصيب الشخص :-

1- الوسواس القهري – الاكتئاب – الفوبيا (الخوف المرضي) – اضطراب الشخصية

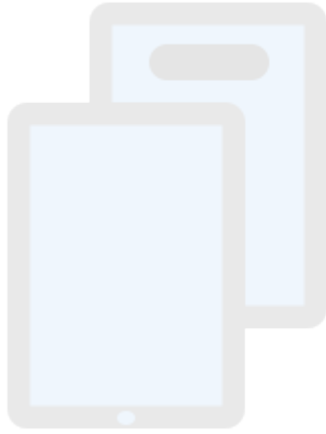
-
تعريف العلاج النفسي (هو مجموعة نشاطات علمية وسلوكية تهدف لتقديم المعونة لمن يحتاجها من ذوي الاضطرابات النفسية.)

خطوات علاج الاضطرابات النفسية :-

1-الاعتراف بالمشكلة وهو اولي الخطوات للعلاج لان الشخص يحاول البحث حلها

2-مراجعة المتخصصين " الطبيب النفسي والاختصاصي النفسي "

3. تعديل السلوك وعلاجه نفسيًا



تم تحميل هذا الملف من
موقع المناهج البحرينية

alManahj.com/bh