



جمعية التنمية الأسرية
بمحافظة خليص تودد

تقرير الأعمال التطوعية

لجمعية التنمية الأسرية تودد

لعام ٢٠٢٤

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



احصائيات العمل التطوعي لجمعية تودد^{٩٣}

6640

إجمالي عدد الساعات
التطوعية

56

إجمالي عدد الفرص
التطوعية المقدمة

1328

إجمالي عدد المتطوعين
بالفرص

2585.5

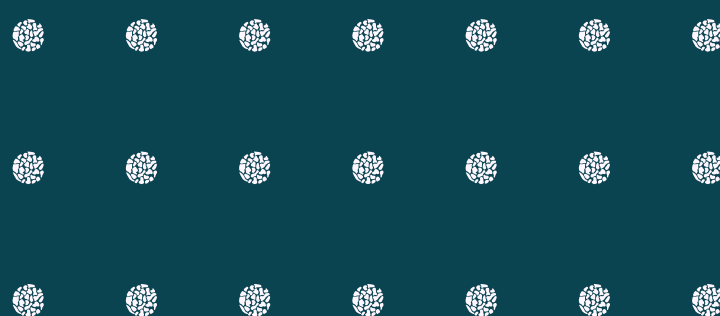
الساعات المحضرة
بالموقع الجغرافي

2225

الساعات المحضرة
بال QR

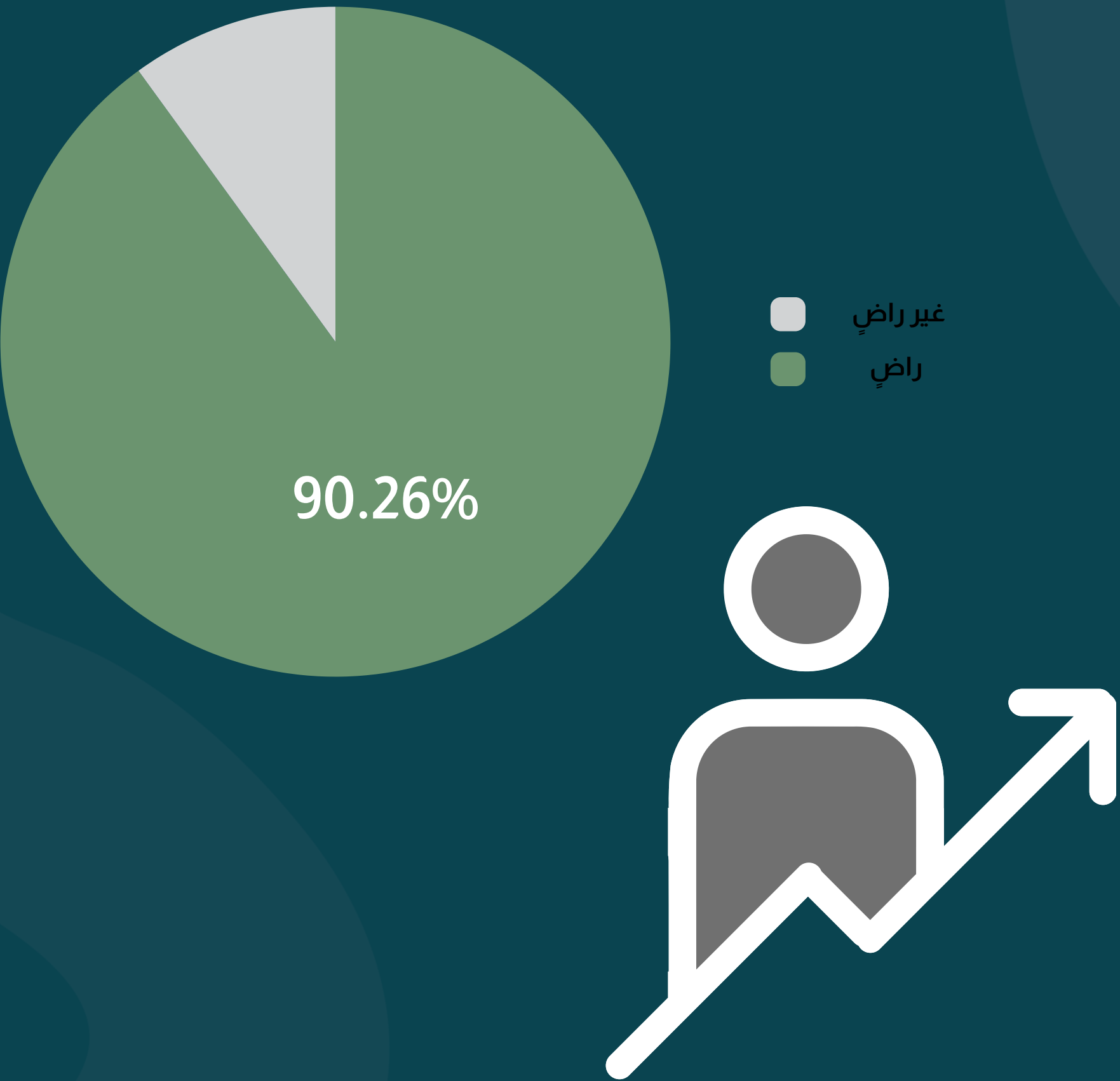
90.26

نسبة رضا المتطوعين



إجمالي احصائيات العمل التطوعي لجمعية التنمية الأسرية تودد		
1	إجمالي عدد المتطوعين بالفرص	1328
2	إجمالي عدد الفرص التطوعية المقدمة	55
3	إجمالي عدد الساعات التطوعية	6640
4	نسبة رضا المتطوعين	90.26
5	الساعات المحضرة بال QR	2225
6	الساعات المحضرة بالموقع الجغرافي	2585.5

نسبة رضا المتطوعين



الأعمال التطوعية

(صور من الأعمال التطوعية)



جمعية التنمية الأسرية
بمحافظة خليص توّدد

ما دور الأسرة في ثقافة المجتمع؟

تعد الأسرة الركيزة الأساسية لصالح للمجتمع واستقراره، فمنها تبدأ التنشئة والتعليم فجعلها ذلك ذات تأثير كبير في ثقافة المجتمع، منها :



العقيدة والدين

يبدأ الأبناء بتعلم الأشياء بداية من مصدرهم الأول وهي أسرهم، ومن أهم الأمور التي يتعلمونها الدين من العقيدة الوسطية الصحيحة إلى فقه الأحكام، كما أن الدين يهذب النفس ويعلم المجتمع مكارم الأخلاق.



مصدر الثقافة والتقاليد

إذ باعتزاز الأسرة لثقافتها وتقاليدها الموروثة المحمودية يتأثر أفرادها ويعتزون بتاريخهم وثقافتهم الوطنية، ثم ينتقل للمجتمع بشكل عام.



الأمان ومصدر الثقة

كلما كانت الأسرة مستقرة ومتفهمة كلما زاد ذلك من شعور الأمان فيها، كما تعد منبع الثقة الأساسي للأبناء فالأسرة عامل رئيسي في زيادة ثقة أفرادها بأنفسهم.



أساس للنمو الاقتصادي والتنموي

ولا يعني ذلك فقط القدرة الشرائية الرشيدة بل يمتد إلى الوظيفة والتعليم، فالأسرة التي تحرص على التعليم وتوظيف الأبناء لتنمية أنفسهم ووطنهم وتغطية احتياجاتهم دلالة على وعي عالي في ثقافة المجتمع.



الاسره في المجتمع



الأسرة هي

جماعة اجتماعية صغيرة، تتكون عادة من الأب والأم وواحد أو أكثر من الأطفال، يتبادلون الحب يتقاسمون المسؤولية، وتقوم بتربية الأطفال حتى يمكنهم من القيام بتوجيههم وضبطهم ليصبحوا أشخاص يتصرفون بطريقة اجتماعية.

دور الاسره في ثقافه المجتمع





جمعية التنمية الأسرية بمحافظة خليص تودد



دور الأسرة في ثقافة المجتمع

تكون اهميه دور الأسرة

في تكوين الفرد وصقل شخصيته،
والمساهمة في ترقية المجتمع وتنويره



1014860413



دور الأسرة في ثقافة المجتمع



الأسرة:

معنى الأسرة:

اهمية الأسرة ودورها في المجتمع :

دور الأسرة في المحافظة على المجتمع:

✱ الأسرة هي أساس بناء المجتمع.



دور الأسرة في ثقافة المجتمع

الأسرة هي الخلية الأساسية للمجتمع. وهي تلعب دوراً مهماً في ثقافة المجتمع.



تشمل الأدوار التي تلعبها الأسرة في ثقافة المجتمع ما يلي:

- نقل القيم والتقاليد: تلعب الأسرة دوراً مهماً في نقل القيم والتقاليد من جيل إلى جيل. فهي تقوم بذلك من خلال التربية والتعليم والممارسات اليومية.
- تنمية المهارات الاجتماعية: تساعد الأسرة الأطفال على تطوير المهارات الاجتماعية الأساسية، مثل التعاون والتواصل والحل المشكلات.
- التنشئة الاجتماعية: تساعد الأسرة الأطفال على التكيف مع المجتمع وتعلم قواعده وتوقعاته.



دور الأسرة في ثقافة المجتمع

تُعتبر الأسرة الخلية الأولى التي يتكوّن منها المجتمع، وهي أساس الاستقرار في الحياة الاجتماعية.

تتمثّل الوظيفة الثقافية للأسرة في نقل التراث الحضاري، حيث تظلّ الأسرة المجال الذي يتعلّم فيه الطفل الأساليب العامّة للحياة والأعراف والأنماط السلوكية .

تُعتبر الأسرة البيئة الأساسية التي يتمّ فيها غرس المعتقدات الدينية والطقوس والشعائر المختلفة والمبادئ الأخلاقية لدى أفرادها.

كما أنّها تحميهم جميعاً وتزوّدهم بكلّ ما يحتاجونه من عون مادي ومعنوي، بل أنّ حماية الأسرة لأفرادها تمتد حتّى بعد زواجهم وانفصالهم عن الأسرة الأصلية،



جمعية التنمية الأسرية
بمحافظة خليص تودد

الترايط الاسري

كيف نقوي الروابط الأسرية



أسرتي سعادتي



أمينة بوعبيد

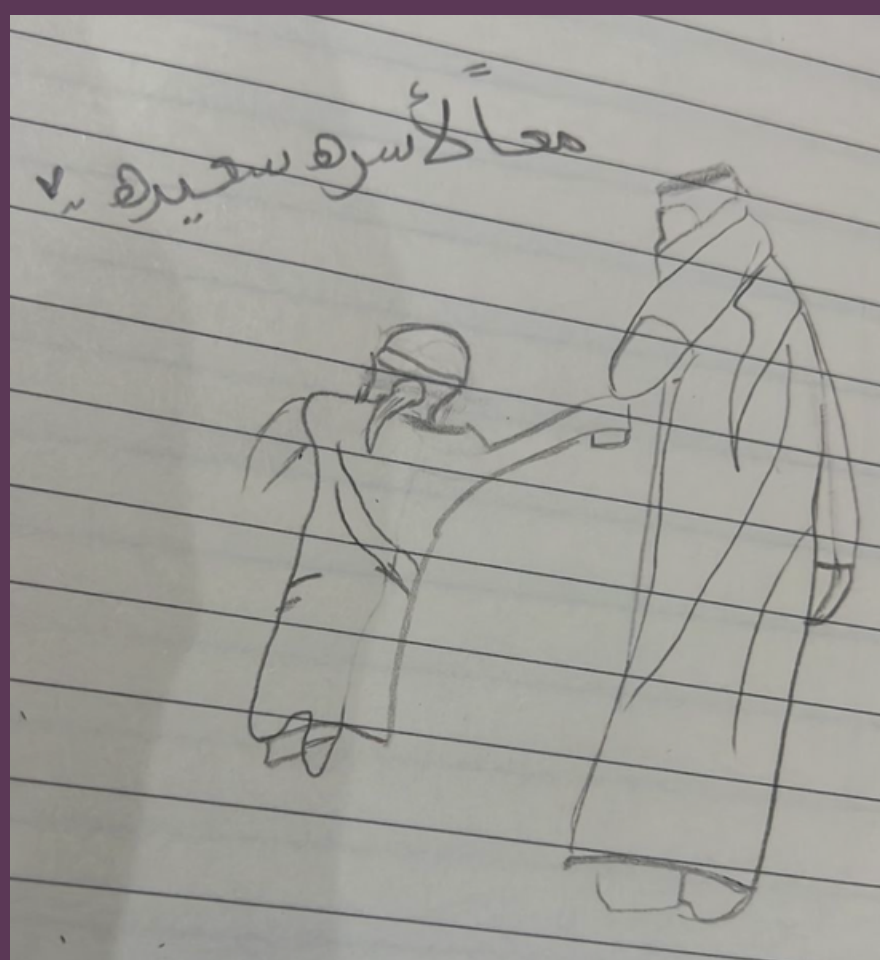


الموارد البشرية
والتنمية الاجتماعية



العائلة أنس ومسرّة،
لا غيب الله عني أنسي ومسرّتي

ألترايط الاسري أساس السعادة





جمعية التنمية الأسرية
بمحافظة خليص توّدد

صلة الرحم دليل على قوة الايمان

تكرّم الله -عزّ وجل- بالثواب على عباده المؤمنين، وجعل لهم أبواب الخير مفتوحة لينهلوا منها ما، ويُتنافسوا في وجوه البرّ والصلاح، ويُقدّموا لأنفسهم أعماراً صالحةً تجعلهم في جنان الخلد والنعيم، وتكرّم عليهم بجعل تلك الجنان على درجاتٍ كثيرةٍ متناهية في البهاء، فلا يبذل مؤمنٌ خيراً إلا جزاءهُ عنه نعيماً وأجرًا في الآخرة، ومن آياتِ أفضاله أن جعل صلة الرحم أمراً يُؤجر عليه المرء.

صلة الرحم فعل محمود وواجب

بمثابة الحبل الوثيق الذي يربط بين لآلئ عقدٍ واحد، فالإحسان إلى ذوي القربى فعل محمود واجب، يُمثّن الصلة بين الأهل ويجمعُ فُرقتهم، ويُقرّب بعيدهم، حتى إذا اجتمعوا كان الودُّ والعطف، وإذا تآلفوا على مآكلٍ واحد تمايلتْ الألفُ بينهم، فقد ورد عن النبي -صلى الله عليه وسلم- قوله: "الرَّحْمُ مُعَلَّقَةٌ بِالْعَرْشِ تَقُولُ مَنْ وَصَلَنِي وَصَلَهُ اللَّهُ، وَمَنْ قَطَعَنِي قَطَعَهُ اللَّهُ".[١]

مقال عن الأسرة

تعريف الأسرة (أو العائلة) :

هي الخلية الأساسية في المجتمع وأهم جماعته الأولية .

مكونات الأسرة :

تتكون الأسرة من أفراد تربط بينهم صلة القرابة والرحم، وتساهم الأسرة في النشاط الاجتماعي في كل جوانبه المادية والروحية والعقائدية والاقتصادية وللأسرة حقوق مثل: حق الصحة، وحق التعلم، وحق السكن الأمن .

واجبات الأسرة :

نقل التراث واللغة عبر الأجيال .

أقسام الأسر :

تنقسم إلى قسمين

١_ **الأسرة نووية:** وتتكون من زوج وزوجة والأولاد .

٢_ **الأسرة الممتدة:** وتتكون من جد وجدة والأولاد .

دور الاسرة دور في بناء المجتمعات المتقدمة والمتطورة :

يقع على عاتق الاسرة مسؤولية كبيرة في بناء المجتمع وتكون الاسرة اساساً لبناء أي مجتمع من خلال التربية والتوعية التي تقدمها الاسرة للأبناء فالأسرة بمثابة بنية اساسية ونواة ينشأ فيها الابناء بشكل متطور وحضاري وراقي ومن هنا تلعب الاسرة دور مهم في تنمية وبنناء أي مجتمع متقدم ومتحضر .

أهمية الاسرة في بناء المجتمع :

الاسرة لها اهمية كبيرة في بناء المجتمع المتقدم والخالي من أي آفات اجتماعية خطيرة تؤثر عليه، فصلاح المجتمع يكون من خلال صلاح الاسرة، والاسرة تلعب دور اساسي في بناء السلوك الذي يعتمد عليه المجتمع في التطور والتقدم، فعندما تتبع الاسرة الدين الاسلامي في تربية الابناء ينشأ جيل ذات وعي كبير مما يساهم في بناء مجتمع متقدم وحضاري ويكون هذا المجتمع خالي من آفات اجتماعية خطيرة وتلعب الاسرة دور هام في بناء المجتمع من خلال غرس القيم والاخلاق الحميدة في نفوس الابناء، فتحقيق القيم الاجتماعية لا يكون الا من خلال غرس القيم والمبادئ والاخلاق الحميدة في نفوس الابناء في البيوت .

أهمية الاسرة في الدين الاسلامي :

أكد الدين الاسلامي على اهمية الاسرة لما لها من اهمية كبيرة في نشر الدين الاسلامي والمحافظة عليه فمن خلال الاسرة الصالحة يصلح المجتمع فالأب والأم اذا كانا يرتبطان بالدين الاسلامي يساهم ذلك في تربية الابناء على الدين الاسلامي واتباع شرع الله سبحانه وتعالى وذلك يساهم في بناء المجتمع الصالح والمتقدم والذي يخلى من أي مشاكل تسبب هدم المجتمع كما وتسبب دمار لأي حضارة قادمة وتسبب ضياع للأجيال المستقبلية
الاسرة من اهم الاساسيات التي يقوم عليها المجتمع الصالح والمتطور فبناء الامم المتقدمة والمتحضرة يكون مصدره الاسرة الصالحة التي تعتمد على السلوك الراع وتربية الابناء على الاخلاق الحميدة والقيم مما يساهم في بناء جيل يستطيع بناء مجتمع متطور ومتقدم وخالي من أي آفة اجتماعية على مر الزمن .

الشروط التي يجب توافرها في الأسرة:

- يوجد بعض الشروط التي يجب توافرها في الأسرة لتصبح أسرة مفيدة للمجتمع، وتلك الشروط هي كالآتي :
- يجب أن يتواجد الكثير من الروابط بين الأب والأم وأيضاً أفراد الأسرة بالكامل.
- يجب أن تكون تلك الأسرة تعيش في منزل مشترك ويكون هناك دور لكل فرد فيها.
- كما يجب أيضاً أن يكون هناك أطفال من أجل أن يقوم الأب والأم بتربيتهم تربية سليمة نفسياً وجسدياً.
- وأخيراً يجب أن يتواجد الكثير من الروابط العاطفية التي تجمع بين جميع أفراد الأسرة مع بعضها البعض.

خاتمة عن الأسرة المسلمة :

هناك بعض النصائح عند العمل بها تعتبر أسلوباً منهجياً في تربية الأولاد تربية نافعة، ونذكر بعضها منها هينة نقاط كما يلي:

- يجب أن يقوم الوالدين بتربية أولادهم على الاحترام المتبادل بينهم.
- حيث أن الاحترام المتبادل في الأسرة يكون من أفضل السلوكيات التي علينا أن نقوم بزرعها في الأبناء.
- بالإضافة إلى ذلك أن يتم تعليم الأولاد ثقافة الاختلاف وتقبل اختلاف الآخرين، فإن ذلك يساعد على بناء شخصيته.
- ليكون في المستقبل شباب واعى نشأ على منهج صالح وسوي.
- يجب أن يكون هناك تواصل مستمر بين الأهل وأولادهم من حين لآخر وذلك من أجل أن يقوموا بعرض مشاكل تدور في رأسهم.

إعداد / نورة محمد مزهر القرني



طرق حل المشكلات الأسرية بطرق ابداعية

عدم ترك المشاكل دون حل تحتلّ عملية التواصل ما بين الزوجين أهمية كبيرة، خاصةً عند حلّ المشاكل، إذ يُمكن النظر في العديد من الاقتراحات التي قد تساعد على حلّ المشكلة، واختيار ما يُناسب الطرفين، ويمكن تحديد ذلك من خلال طرح الأسئلة حول الطريقة الأمثل للوصول لحلّ مُرضٍ؛ وعندها يُمكن اللجوء للمعالجة النفسية الزوجية،

الهدوء وتجنّب الانفعال يُؤدّي الغضب العارم أثناء الخلافات بين الزوجين لاشتعال الخلاف، لذا لا بدّ من أخذ استراحة والخروج من المكان وتحديد موعد لاحق لاستئناف الشجار، وقد يكون الخيار الأفضل التوجه للنوم

التعبير عن المخاوف بشكل بناء ينبغي على كلّ من الزوجين التعبير عن مخاوفهم بشكل بناء ومنطقي، حيث تُعدّ طريقة بسيطة وسهلة يمكن القيام بها خاصة في المحادثات الحساسة والشائكة التي قد تحصل بينهما. [٣]

منح الشريك الأولوية يجب على كلا الزوجين للحفاظ على علاقتهما بأن يمنح كلّ منهما للآخر الأولوية في حياته، وذلك من خلال محاولة فعل الأشياء التي اعتاد كلّ منهما على فعلها في بداية العلاقة





هي الخلية الأساسية في المجتمع البشري وأهم جماعاته الأولية. تتكون الأسرة من أفراد تربط بينهم صلة القرابة والرحم، وتساهم الأسرة في النشاط الاجتماعي في كل جوانبه المادية، الروحية، العقائدية والاقتصادية.

تعريف الأسرة

الآثار المترتبة من المشاكل الأسرية



- 1- فقدان الإحساس بالأمان العاطفي
- 2- التأثير على العلاقة بين الأبوين والطفل
- 3- التأثير على الصحة ..
- 4- التأثير على النفسية ..
- 5- التأثير على علاقاتهم المستقبلية
- 6- التأثير على أدائهم العلمي



طرق حل المشكلات الأسرية

التركيز على الحل
لا على المشكلة

التفاهم
بين الزوجين

تفريغ جزء من
الوقت للأسرة:

التسامح

إتخاذ القرارات
بشكل تعاوني

تحديد وقت
للمناقش

نوال مشيعل الشهري
1014942047



جمعية التنمية الأسرية
بمحافظة خليص تودّد

طرق إبداعية لحل المشكلات الأسرية





طرق إبداعية لحل المشكلات الأسرية

القبعة الزرقاء:
فكر على نطاق واسع. ما هو
أفضل حل شامل؟



القبعة السوداء
وترمز للتفكير السلبي.



القبعة الخضراء ترمز للتفكير
الإبداعي.



القبعة البيضاء: انظر إلى
الوضع بموضوعية. ...



القبعة الصفراء ترمز
للتفكير الإيجابي



القبعة الحمراء وترمز للتفكير
العاطفي والشعوري







جمعية التنمية الأسرية
بمحافظة خليص تودد

تعزير مبادئ صلة الرحم

نحمد الله على نعمه التي لا تعد ولا تحصى ولا شك أننا نعيش في عصر تقطعت فيه الروابط والصلات ، انشغل فيه الابن عن أبيه ، وقاطع القريب قريبه ، وكل همه نفسه إلا من شاء الله وقليل ما هم ، وهذا يا عباد الله إن وقع في مجتمعات الذين لا يرجون لله وقارا ، فكيف يسوغ في المجتمعات المؤمنة ، وبين المسلمين الذين يخشون الله ويرجون الفلاح في الدين والأخرة .
لقد بلغ من اهتمام الإسلام بصلة الأرحام والأقارب وتأكيد على ذلك أن قرن الله سبحانه وتعالى في كتابه العزيز حقهم في الإسلام بعبادته وتوحيده ، فقال تعالى : (واعبدوا الله ولا تشركوا شيئاً وبالوالدين إحساناً وبذي القربى ..) ، ثم قرن رسوله صلى الله عليه وسلم صلة الأرحام بإفراد الله بالعبادة والصلاة والزكاة ، جاء المصطفى صلى الله عليه وسلم رجل فقال يا رسول الله : أخبرني بعمل يدخلني الجنة فقال : تعبد الله ولا تشرك به شيئاً ، وقيم الصلاة ، وتؤتي الزكاة ، وتصل الرحم .. متفق عليه.

ولعظيم صلة الرحم ولكونها من أسس الخلاق وركائز الفضائل وأبواب الخيرات فرضها الله على الأمم قبلها قال سبحانه : (وإذا أخذنا ميثاق بني إسرائيل لا تعبدون إلا الله وبالوالدين إحساناً وبذي القربى)

وكانت صلة الرحم من أوائل ما دعا إليه النبي صلى الله عليه وسلم مطلع نبوته، قال عمرو بن عبسة : قدمت مكة أول بعثة النبي صلى الله عليه وسلم فدخلت فقلت من أنت ؟ قال : نبي ، قلت : وما نبي ؟ قال : أرسلني الله ، قلت : بم أرسلك ؟ قال : بصلة الأرحام وكسرا الأوثان وأن يوحد الله .. أخرجه الحاكم ، ويقول عبد الله بن سلام رضى الله عنه : لما قدم النبي صلى الله عليه وسلم المدينة أنجفل الناس إليه – أي ذهبوا إليه – فكان أول شيء تكلم به أيها الناس : أقشوا السلام ، وأطعم لطعام ، وصلوا الأرحام وصلوا بالليل والناس نيام ، تدخلوا الجنة بسلام . أخرجه الترمذي وابن ماجه .

ولأن صلة الأرحام والأقارب من المكارم العظيمة ، والصفات الحميدة التي كان العرب يمتدحون بها في الجاهلية قبل الإسلام ، ويشنون على أصحابها ، ويذكرونهم بالفضل، لأنهم يرون أن القرابة لحمة من الإنسان وبضعة منه ، لا بد له منهم ، ولا فكاك له عنهم ، فعزهم عز له ، وذلهم ذل لهم .

ومما درج على أسنتهم في هذا الباب قولهم : من لم يصلح لأهله لم يصلح لغيرهم ، ومن لم يذب عنهم لم يذب عن غيرهم ، وهذا المقنع الكندي أحد سادات العرب في الجاهلية يفاخر العرب قاطبة بقوله : وإن الذي بيني وبين بني أبى * وبين بنى عمى لمختلف جدا إذا قدحوا لى نار حرب بزندهم * قدحت لهم فى كل مكرمة زندا وإن أكلوا لحمى وفرت لحومهم * وإن هدموا مجدي بنيت لهم مجدا وأعطيهم مالى إذا كنت واجدا * وإن قل مالى لم أكلفهم رفدا ولا احمل الحقد القديم عليهم * وليس رئيس القوم من يحمل الحقد.

و لقد كان الصحابة رضوان الله عليهم يستوحشون من الجلوس مع قاطع الرحم ، يقول أبو هريرة رضى الله عنه : أخرج على قاطع رحم لما قام من عندنا، وكان بان مسعود رضى الله عنه فى حلقة بعد الصبح فقال : انشد الله قاطع رحم لما قام عنا فانا نريد أن ندعو ربنا ، وأن أبواب السماء مرتجة – أي مغلقة - ، دون قاطع الرحم .

وقد تعلقت الرحم تعلقت بالعرش حتى أعطاه الله سبحانه عهداً عظيماً وميثاقاً غليظاً، فما هذا العهد ؟ وما هذا الميثاق ؟ جاء في صحيح مسلم عن أبى هريرة رضى الله عنه مرفوعاً قال : ان الله خلق الخلق حتى إذا فرغ منهم قامت الرحم فقالت : هذا مقام العائد بك من القطيعة قال : نعم ، أما ترضين أن أصل من وصلك واقطع من قطعك قالت : بلى ، قال: فذاك لك (جعل الله من يقرأ مقالتي أن يجعلني وإياه ممن يصل رحمه ولايقطعها وأن يظلنا في ظله يوم لا ظل إلا ظله .



جمعية التنمية الأسرية
بمحافظة خليص تودد

السعادة رحلة
وليست وجهة

ابدأ رحلتك نحو
السعادة اليوم



إليك بعض النصائح لتعزيز
شعورك بالسعادة

- اهتم بصحتك الجسدية والنفسية.
- مارس الرياضة بانتظام.
- تناول الطعام الصحي.
- احصل على قسط كافٍ من النوم.
- مارس هواياتك المفضلة.
- اقض وقتًا مع العائلة والأصدقاء.
- ساعد الآخرين.
- كن مُمتنًا لما لديك.
- تقبل نفسك كما أنت.
- عش الحاضر.
- تفاؤل بالمستقبل.

سعادتك مسؤوليتك

السعادة شعورٌ داخلي ينبع
من داخلنا ولا يُمكن لأحدٍ
أن يُعطينا إياه

مسؤولية سعادتك
تقع على عاتقك أنت



جمعية التنمية الأسرية
بمحافظة خليص تودد

من الأمور المهمة التي عليك ان تستوعبها
هو أن :

سعادتك ليست مسؤولية احد آخر

ولا يمكن ان تلوم الآخرين على عدم إسعادك .

هي مسؤوليتك وعليك ان تسعى لها بنفسك
وستجد بعدها الكثيرين الذين يتشاركون معك هذه
السعادة .



جمعية التنمية الأسرية
بمحافظة خليص تودد

من الأمور المهمة التي عليك ان تستوعبها هو ان :

سعادتك ليست مسؤولية احد آخر

ولا يمكن ان تلوم الآخرين

على عدم إسعادك .

هي مسؤوليتك وعليك ان تسعى

لها بنفسك

وستجد بعدها الكثيرين الذين

يتشاركون معك هذه السعادة .



جمعية التنمية الأسرية
بمحافظة خليص تودد

سعادتك مسؤوليتك

أما بالنسبة للفلاسفة فينظر أفلاطون إلى السعادة على أنها عبارة عن فضائل الأخلاق والنفس؛ كالحكمة والشجاعة والعدالة والعفة، كما أضاف أفلاطون بأن سعادة الفرد لا تكتمل إلا بمآل روحه إلى العالم الآخر. في حين عرّف أرسطو السعادة على أنها هبة من الله وقسمها إلى خمسة أبعاد، وهي: الصحة البدنية، والحصول على الثروة وحسن تدبيرها واستثمارها، وتحقيق الأهداف والنجاحات العملية، وسلامة العقل والعقيدة، والسمعة الحسنة والسيرة الطيبة بين الناس. لكن ما يجب أن نعرفه أيضا أن السعادة نوعين "السعادة القصيرة المدى والطويلة المدى"، فبالنسبة للسعادة القصيرة المدى أو المؤقتة، هي التي تدوم لفترة قصيرة من الزمن، وغالبا ما ترتبط بموقف أو حدث سار عابر، يشعر به الفرد لبعض الوقت، بعدها يعود إلى حالته الانفعالية العادية، المرتبطة بشخصيته أو كينونته الداخلية.. أما السعادة الطويلة المدى، هي التي تدوم لفترة زمنية طويلة، ولعل أغلب الناس يبحثون عنها، ويتمنون الحصول عليها، كونها تُعطي المرء شعورا مستمرا بالسعادة، ما يُحسن حياته، ويجعله ينطلق بكل إيجابية ورحابة نحو الحياة.

يختلف منظور ومفهوم السعادة من فرد لآخر؛ إلا أنها شعور عام يشعر ويشترك الناس به، فالناس تختلف في طباعها واتجاهاتها، حيث قد يرى البعض السعادة بالمال والبعض الآخر قد يرى السعادة بالإنجاز والنجاح، وبشكل عام فإن السعادة هي شعور نسبي يختلف باختلاف قدرات الفرد وإمكاناته ودوافعه؛ إلا أنها تُعتَبَر القَدَر أو الظرف المشترك بين الناس الذي يعود عليهم بالخير والمنفعة. لقد عرّف علم النفس السعادة بأنها نتائج الشعور أو الوصول لدرجة رضا الفرد عن حياته أو جودة حياته، أو أنها الشعور المُتكرر لانفعالات ومشاعر سارة، وفيها الكثير من الفرح والانبساط، وهذا يعني أن السعادة في علم النفس، مفهوم يتحدّد بحالة أو طبيعة الفرد، فهو من يقرر سعادته من تعاسته، أو أن الأمر منوط به، وبطبيعة تفاعله مع الظروف المحيطة، والمواقف الحياتية التي يمرّ بها.

وهذه الدنيا غريبة فالذي يملك المال غير سعيد والذي لا يملكه أيضا لا يكون سعيد، لذا يمكن القول أن السعادة هي قرار وأنت وحدك قادر على تغيير حياتك وجعلها سعيدة ، فالكثير منا لو أخذ ورقة وقلمًا وكتب فيها الأشياء التي تسعده لوجدنا عديدة بل وأكثرها قريب من المرء، ولن يجد مشقة في تحقيقها لكن المشكلة تكمن في وضع هذه الأمور موضع التنفيذ، لأن السعادة هي منظومة كاملة تتدخل فيها عدة عوامل كالعلاقات الاجتماعية المتميزة، والأسرة المتماسكة، والعطاء الخيري، والشعور بالرضا النفسي، وتقدير الأشياء الجميلة التي تحيط بك، الى جانب التحلي بالصحة البدنية وتمام سلامتها، ووضع الأهداف وتحديدنا شرط أن تكون أهداف واقعية وقابلة للتحقيق، كذلك شغل الأوقات بالأعمال المفيدة والنشاطات المنتجة، وتحلي الفرد بالأنماط السلوكية السوية والسليمة بشكل عام، وكذا قدرة الفرد على تفاضي وتجاهل المثيرات السلبية ومسببات التعاسة والإبتعاد عنها، وتؤكد جيدا أن الظروف الصعبة التي تمر بها فهي حالة مؤقتة وليس نهاية السعادة، فلا تدع الدنيا تخدعك، فربما تكون لحظة انفراج الأزمة قريبة جدًا وأنت لا تدري.

لكن أغلب الناس يربطون السعادة بالمال، فيعتقد العديد من الناس أن كثرة المال تجلب السعادة، في حين يقول آخرون أن المال هو بحد ذاته سعادة. لكن الدراسات الحديثة تقول أن السعادة المقترنة بالمال لا تستمر طويل او أن المال وحده لا يمكن أن يوفر للشخص سعادة دائمة، رغم أنه يمكن أن يحققها لفترة محدودة. في حين أكد باحثون آخرون أن السعادة لا تشتري بالمال، ولكن المال يقلل من الشعور بالتعاسة والحزن، إذ توصلت دراسة حديثة أجريت في جامعة بريتيش كولومبيا الكندية إلى أن الدخل المالي المرتفع لا يرتبط بازدياد مقدار السعادة التي يشعر بها الشخص، ولكنه يرتبط بشعوره بالحزن بشكل أقل. فعندما تكون شخص ميسور الحال بدخل مالي متوسط يغطي المصاريف الأساسية لحياة كريمة، فلا تظن أن زيادة المال ستجلب لك سعادة أكبر، بل عليك أن تركز وتوجه طاقتك وجهدك ووقتك لأمر أخرى تحقق فيها التوازن وتجلب لك السعادة الحقيقية.

المال يصنع شيئاً من السعادة ولكن تبقى ناقصة، لأن الإنسان بطبعه كائن اجتماعي يحتاج الحب والعائلة والأصدقاء، فالسعادة قرار وأنت المسؤول عن تحقيقها



جمعية التنمية الأسرية
بمحافظة خليص تودد



دور الاسره في المجتمع

غرس القيم والمفاهيم والاخلاقيات المجتمعية بالتربيه والتوجيه

- التنشئة على مبدأ الاحترام والطاعة والانضباط
- غرس ثقافة المجتمع وقيمه في شخصية الفرد
- تعزيز عاطفة الانتماء والمحبة والرحمة
- ضبط السلوك بطريقه تتواءم مع الدين والأعراف والأنظمة
- اكساب الفرد الصفه الاجتماعية ليكون فاعلا في مجتمعه

دور الاسرة

ثقافة المجتمع

- تنمية القيم والتقاليد ونقل الخبرات بين الأجيال



- تنشئة الأفراد ونقل القيم بطريقة تشجع على التكامل والانتماء

- تساهم في بناء هوية الفرد وتحديد ملامح الثقافة الاجتماعية

FAMILY
a journey to forever





جمعية التنمية الأسرية
بمحافظة خليص توّدد



إبدأ يومك بجرعة سعادة

سعادتك مسؤوليتك



تقبل الماضي برضا، ولا تعيش فيه.
تفائل بالمستقبل، وأحسن الظن بالله.
أسمح لنفسك بممارسة مايرفع معدل سعادتك.
تجاهل ما يعكر مزاجك.
ركز على الإيجابيات حولك.



جمعية التنمية الأسرية
بمحافظة خليص توّدد

سعادتك مسؤوليتك



✓ كن ممتناً لكل ماهو ايجابي والاعتراف بالجميل وعدم تجاهل النعم

✓ التأثير في حياة الآخرين من خلال الابتسامة او كلمة شكر تعبر عن اللطف وحسن النية

✓ التخطيط المسبق وتحديد الاهداف التي تضيي السعادة وتزيل الشعور بالقلق

✓ الاستمتاع بالوقت الحاضر بدل التذمر حيال الماضي والمستقبل

✓ المحافظة على الصحة من خلال ممارسة الرياضة والغذاء الصحي

✓ السعي للمرح والفكاهة والتي تعتبر علاج للكثير من العلل

✓ مكافأة الذات بالجوائز والمكافآت والاستمتاع بها

✓ المحافظة على الأفكار الايجابية في جميع الأوقات والبعد عن الشك والأفكار السلبية

✓ معالجة كل مشكلة وكأنها فرصة للتفكير الابداعي والتركيز على الجوانب الايجابية لابتكار الحلول المناسبة



سعادتك مسؤوليتك



جمعية التنمية الأسرية
بمحافظة خليص توّدد

من الممكن أن يجعلك الآخرين تضحك والضحك يعتبر سعادة مفاجئة لكنها لوقت محدد
أما السعادة الحقيقية هي سعادة مستمره دائمة هنا أقول أنك المسؤول عن سعادتك الدائمة وهناك فرق بين الوقتية وبين الدائمة انظر حولك جيدا ... فتش حولك جيدا هل يوجد شخص مسئول عن سعادتك ؟ حقيقي سوف تجد أشخاص يهتمون بسعادتك نعم الاهتمام غير المسئولية عليك أن تدرك أنك المسؤول عن سعادتك كما يقال السعادة كالعطر إذا وضعتها شعر بشذاها الآخرون عندما تكون سعيد بتأثر الآخرون بسعادتك أنت المسؤول عن سعادتك ومسؤول عن حياتك عندما تمنح النقه للآخرين امنحها لكن بحذر يجب أن تكون حكيم حذر في التعامل مع الآخربين فإذا واجهت غدر أو طعنة في الظهر فلا تلوم الآخرين بل يجب أن تلوم نفسك لأنك مسؤول عن حياتك لأنك صاحب القرار لأنك لم تكن حذرا بما فيه الكفاية حياتك هي اختيارانك تذكر دائما أنك المسؤول الأول عن حياتك تذكر أن السعادة قرار السعادة اختيار السعادة الحقيقية تسبع من الذات مهما حاول الآخرون اسعادك يبقى قرار السعادة عائدا إليك اتخذ قرارا بأن تكون سعيداً وأن تتحمل مسؤولية حياتك.

تخلص من كل ما هو فائض:التخلي هو أحد أسباب السعادة، أجل، فأنت بحاجة إلى اتخاذ قرارات حاسمة بالكف عن كل ما هو فائض عن حاجتك اغتنم يومك:فكل يوم يزيده الله في عمرك هو فرصة مصقّرة للحياة بشكل عام، عليك أن تخطط له كما يجب

" اصنع لنفسك أياما جميلة، ولا تنتظر جمال أيامك من أحد"

السعادة تنبع من الداخل
السعادة قرار نتخذه بأنفسنا ومهما كانت الضوضاء حولنا فالصوت في داخلنا هو الأقوى

سعادتك قرارك

واختيارك:

انت تكون كما تفكر
كما تريد

سعادتك مسؤوليتك

ابحث عنها، ونميتها، ولا تنظرها من أي عوامل أخرى خارج نفسك أنت

سعادتك مسؤوليتك

إن السعادة في اللغة من السعد،
والسعد هو نقيض النحس، وخلاف
الشقاوة، والإسعاد هو المعونة



جمعية التنمية الأسرية
بمحافظة خليص تودد



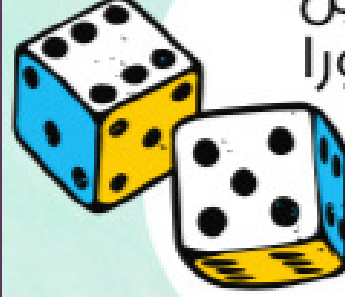
سعادتك مسؤوليتك

طرق لتجد السعادة

إن محاولة رسم ابتسامة على الوجه، حتى ولو كانت متعمدة، يمكن أن تغير كيمياء المخ ويشعر الإنسان عندها بسعادة أكبر



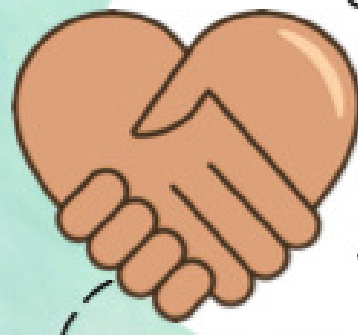
إن قضاء بعض الوقت مع أشخاص مريحين ويشاركون نفس الاهتمامات تمنح شعورا بالسعادة. يمكن تكوين صداقات جديدة، تظهر الدراسات أنه كلما كان الشخص على اتصال بدوائر من الأصدقاء كلما كان أكثر سعادة



إن مجرد قيام الشخص بتذكر كل ما هو جيد في حياته والنظر إلى الجانب المشرق يساعده على الاستمرار في التركيز على الجانب الإيجابي للحياة.



إن اتخاذ الشخص قرار التسامح و نسيان أي ضغينة تجاه أي من معارفه أو المحيطين به في الأسرة أو العمل أو الأصدقاء، يمنحه الفوز بالتححرر من الأفكار السلبية و يتيح له مساحة أكبر للاستمتاع بحياته في سلام داخلي



العواطف معدية"، ويمكن تجنب الأشخاص أصحاب الطاقات السلبية والاقتراب من أشخاص واثقين ومتفائلين وصحيين. ويجب أن يحاول الشخص نفسه أن يكون مصدر طاقة إيجابية للآخرين وبالتالي سيصبح إيجابيا وسعيدا





جمعية التنمية الأسرية
بمحافظة خليص تودد

الترايط الأسرى وعلاقته بالصحة النفسية

تتأثر الأشخاص بالبيئة المحيطة بهم، وتعتبر
الأسرة هي العامل الأول والأساسي لبناء
شخصية الفرد، والترايط القوي بين الأفراد
في أي علاقة هو العامل المساعد في تخطي
المشاكل والضغوطات بين
هؤلاء الأشخاص دون وقوع أي أضرار.
ويعد الترايط الأسري هو العامل المساهم
في تكوين شخصية مستقرة لديها القدرة على
المشاركة في الحياة المجتمعية، لذلك يتميز الترايط الأسري بالقوة واللفة واحساس
الفرد بأن لديه كيان للمساعدة
والدعم الدائم وبالتالي تكوين صحة
نفسية سليمة وبعيدة عن الاضطرابات النفسية.



تعزير مبادئ صلة الرحم

صلة الرحم هي أحد أهم مبادئ ديننا الإسلامي الحنيف ، و التي جاء
عليها العديد من الآيات القرآنية الكريمة و الأحاديث النبوية الشريفة ، و
صلة الرحم تعني الوصل بين الأقارب خاصة من الرحم الواحد و السؤال
عنهم دائماً و زيارتهم و مساعدتهم في قضاء الحاجات أو مساعدتهم
مادياً عند إحتياجهم و أمرهم بالمعروف و نهيهم عن المنكر و مشاركتهم
في السراء و الضراء و حسن إستقبالهم و زيارة مرضاهم و تبادل الهدايا
و الدعاء لهم بظهر الغيب و إحترام كبيرهم والعطف على صغيرهم . و
يجب صلة الرحم في كل الأحوال و لا نصل فقط من يصلنا و نقطع من
يقطعنا . لة الرحم هي أحد أهم مبادئ ديننا الإسلامي الحنيف ، و التي
جاء عليها العديد من الآيات القرآنية الكريمة و الأحاديث النبوية
الشريفة ، و صلة الرحم تعني الوصل بين الأقارب خاصة من الرحم
الواحد و السؤال عنهم دائماً و زيارتهم و مساعدتهم في قضاء الحاجات
أو مساعدتهم مادياً عند إحتياجهم و أمرهم بالمعروف و نهيهم عن
المنكر و مشاركتهم في السراء و الضراء و حسن إستقبالهم و زيارة
مرضاهم و تبادل الهدايا و الدعاء لهم بظهر الغيب و إحترام كبيرهم
والعطف على صغيرهم . و يجب صلة الرحم في كل الأحوال و لا نصل
فقط من يصلنا و نقطع من يقطعنا ، وقطيعة الرحم تعد من الكبائر و
تعجل عقوبتها في الدنيا و لا يقبل عمل قاطع الرحم .



جمعية التنمية الأسرية بمحافظه خليص تودد

تعزير مبادئ صلة الرحم

صلة الرحم عمل صالح مبارك يجلب لصاحبه الخير في الدنيا
والآخرة ويبارك الله في كل أحواله وأعماله عاجلاً وآجلاً. فواصل
الرحم موصول من الله تعالى بكل خير في حياته في دينه ودنياه
وفي آخرته بكريم الجزاء وعظيم الأجر والرضوان من الله تعالى.

يمكن تعزير مبادئ صلة الرحم عن طريق:

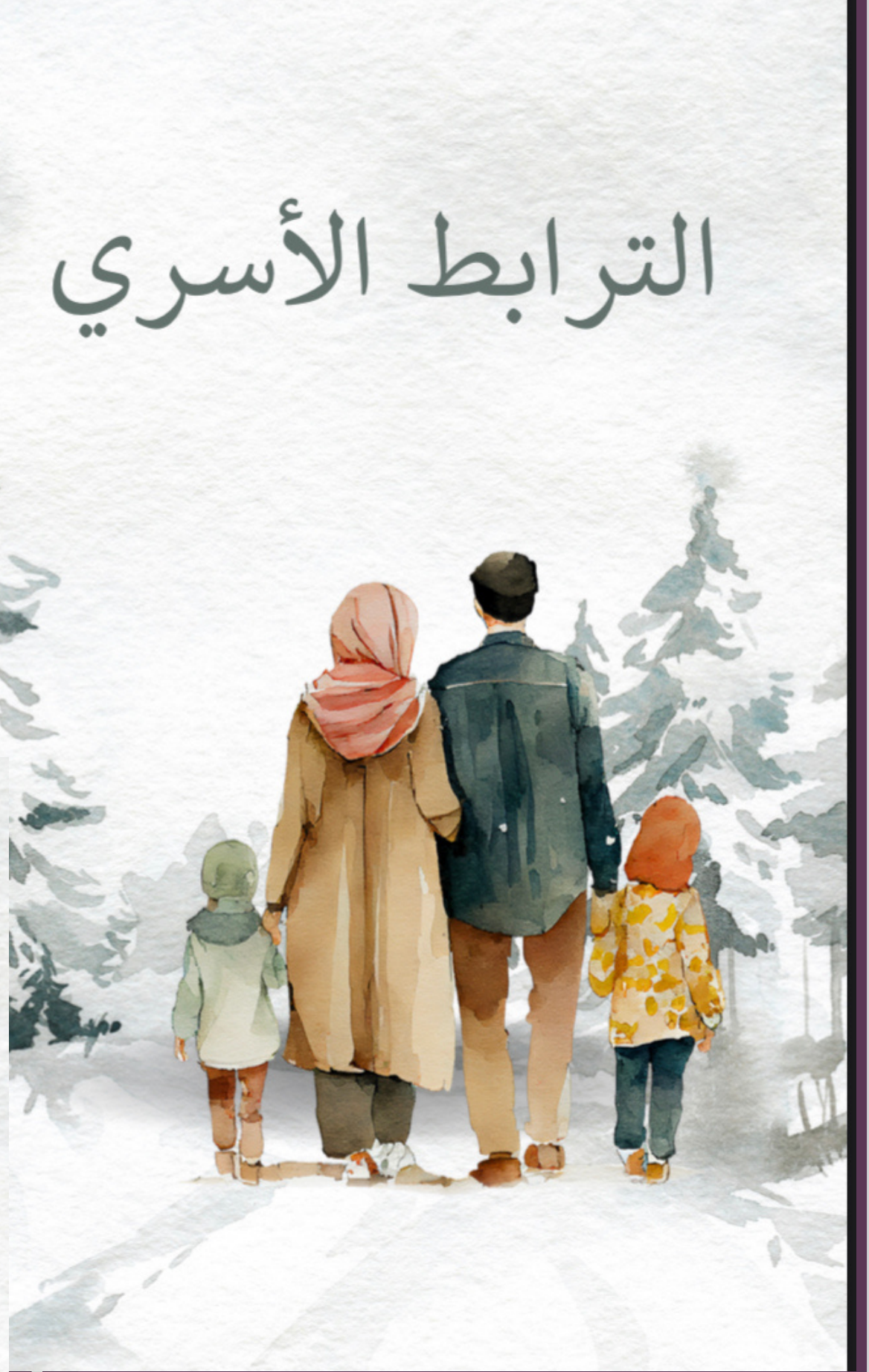
- الحضور المادي والمعنوي: تعزير الحضور المادي والمعنوي
بين أفراد العائلة، وأخذ الوقت لقضاء الوقت مع بعضهم
البعض.
- التواصل الدائم: الحديث اليومي والدائم مع أفراد العائلة، مع
الاهتمام بتفاصيل حياتهم وأنشطتهم وتوفير الدعم
والمشورة عند الحاجة.
- الإحترام والتقدير: تعزير المبادئ الأخلاقية والثقافية التي
تسعى إليها العائلة، والاحترام المتبادل والتقدير بين الأفراد.
- المشاركة في الأنشطة الجماعية: الاشتراك في الأنشطة
الجماعية مثل الرحلات والاحتفالات والتجمعات الاجتماعية.



جمعية التنمية الأسرية
بمحافظة خليص تودد

الترابط الأسري

الترابط الأسري للأسف قيمة باتت مفقودة في كثير من مجتمعاتنا العربية، بعد أن كانت تلك المجتمعات مضرب المثل في هذه القيمة الرائعة. ولعلّ من أخطر الظواهر والمشكلات التي نراها، المتغيرات في الأمة و ما يتعلّق بالأوضاع الاجتماعية، وما جد عليها من مظاهر سلبية، توشك أن تعصف بالكيان الأسري، وتهدّد التماسك الاجتماعي.





جمعية التنمية الأسرية
بمحافظة خليص تودد



الترابط الأسري



قوله تعالى: ﴿وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾ . سورة الروم

الأسرة هي اللبنة الأولى في بناء أي مجتمع وهي الركيزة الأساسية التي تقوم عليها الحياة . والله سبحانه وتعالى قد خلقنا في هذه الأرض من أجل أن نبنينا ونعمرها بعبادته وطاعته وجعل الزواج وتكوين أسرة هدف سامي غرسه الله في فطرتنا لنسعا لتكوين مجتمع فاضل ونُشكل من خلال أسرنا نسيج قوي تقوم عليه الحضارات ، وتلعب الأسرة دور رئيسي وهام في بناء شخصية الفرد من خلال احتوائه وتربيته التربوية الصالحة الصحيحة التي تؤهله ليصبح إنسانا صالحا وعضوا فاعلا في هذا المجتمع .





جمعية التنمية الأسرية
بمحافظة خليص تودد



خطر تعاطي المخدرات

دور الأسرة ومراعاتها للوقاية من
تعاطي الأبناء المخدرات

* يجب أن تودع الأسرة أبنائها على استثمار وقت الفراغ في
عمل مفيد .

* يجب على الأسرة ألا تستقدم الخدم للعمل في المنزل
قبل التأكد من حسن أخلاقهم .

* يجب أن تنمي الأسرة جانب الصدق مع الأبناء والتحذير
من الكذب وعواقبه الوخيمة.



جمعية التنمية الأسرية
بمحافظة خليص تودد

دور الأسرة في الوقاية من المخدرات

تجنب العنف والقسوة
في التعامل

2

توعية الأبناء بأضرار
المخدرات

1

توفير جو أسري هادئ

4

منح الثقة والاحترام

3

مراقبة الأصدقاء
المحيطين بهم

6

علاج الأمراض النفسية

5

عدم تعاطي المخدرات
في المنزل

8

عدم منحهم كميات
كبيرة من النقود

7

استغلال وقت الفراغ

9



جمعية التنمية الأسرية
بمحافظة خليص تودّد



جمعية التنمية الأسرية
بمحافظة خليص تودّد

الأسرة و الوقاية الأسرة:

هي المؤسسة الاجتماعية الأساسية للتربية، وهي اللبنة الأولى التي يتلقى فيها الفرد معارفه وعلومه وقيمه وأخلاقياته. ولا يقوم مقام الأسرة أي بديل آخر، فإن دور الأسرة يكمن في إشباع حاجات أفرادها كالأمن والحياة والرعاية والحب حتى يستقر الفرد بداخلها ولا يشعر بالإحباط والاعتراب، كما أن تعزيز الهتل العليا داخل أفراد الأسرة يحميها من الانحراف السلوكي. واستنادا لهذا الدور الهام تحرص حكومتنا الرشيدة على مهية النشء والشباب من أضرار المخدرات باعتبارها آفة وسم زعاف يؤدي للسجون والهوت.



دور الأسرة في الوقاية من المخدرات:

1 كن القدوة الحسنة



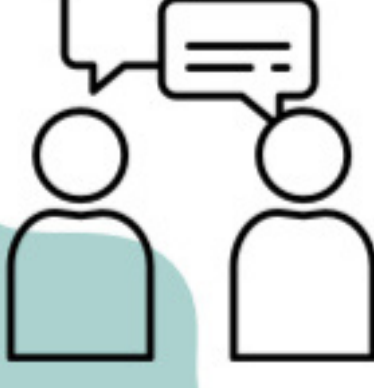
2 قوي علاقتك بهم



3 مراقبة الأصدقاء المحيطين بهم



4 أحسن التواصل معهم



جمعية التنمية الأسرية
بمحافظة خليص تودّد



دور الأسرة في الوقاية من المخدرات



ماهي المخدرات؟

المخدرات هي مجموعة من المواد التي تسبب الإدمان وتُسبب الجهاز العصبي وتذهب العقل لأحتوائه على مواد كيميائية.

ما معنى الإدمان؟

هو رغبة مفرطة لاستمرار تعاطي المادة المخدرة أو الحصول عليها بأي وسيلة.

لماذا الأسرة ؟

الأسرة هي الخلية الأولى في تكوين المجتمع ، فهي التي تحدّد وتضبط سلوكيات وتصرفات الشخص، وذلك لأن الأسرة هي أول ما يتعلّق به المرء. فدور الأسرة يتمثّل في ضمان التربية السليمة من جميع النواحي سواء الدينية ، الفكرية ، الجسدية. وهذا لا يعني القسوة على الأبناء بل توعيتهم وتعليمهم وتصويرهم بهذا الخطر المدقّر. فمن خلال تحلّي الأم والأب بالخلق والدين السليم فإنهم يحفظون أبنائهم من السلوك المنحرف ومن تعاطي المخدرات. كما يجب عليها أيضاً أن تقوّي صلة الأبناء بالله والتقرب إليه ملء الفراغ الروحي لديهم، وغالباً يكون ذلك بوجود القدوة الصالحة وأسلوب التربية الرشيد.

ما دور الأسرة في الوقاية من المخدرات ؟

دور الأسرة في الوقاية من المخدرات كبير ، لذلك على الأسرة توعية الأبناء وراقبتهم وثقتهم وتهيئة البيئة المناسبة والمستقرة لهم حتى تجنّبهم مخاطر المخدرات والإدمان. وهناك بعض النقاط التي يُفضل أن تتبعها الأسرة للمحافظة على أبنائهم من خطر المخدرات ، وهي:

- تعزيز الوازع الديني لدى الأبناء.
- إعطاء الأبناء الثقة بالبحر ومشاكلهم والتقرب منهم.
- التركيز على المبادئ الدينية.
- عدم التمييز بين الأبناء أو المقارنة بينهم وتفضيل أحدهم على الآخر.

إعداد : عمرو عبدالرحمن حمدان
© RealAmro_





جمعية التنمية الأسرية
بمحافظة خليص تودد

دور الأسرة في الوقاية من المخدرات

هناك مجموعة من الأمور يجب على الأسرة مراعاتها للوقاية من تعاطي الأبناء المخدرات أهمها :
يجب أن تودع الأسرة أبنائها على استثمار وقت الفراغ في عمل مفيد . -يجب على الأسرة ألا تستقدم الخدم للعمل في المنزل قبل التأكد من حسن أخلاقهم . -يجب أن تنمي الأسرة جانب الصدق مع الأبناء والتحذير من الكذب وعواقبه الوخيمة.

دور الأسرة في الوقاية من المخدرات

- 1 توعية الأبناء بأضرار المخدرات
- 2 تجنب العنف والقسوة في التعامل
- 3 منح الثقة والحزم
- 4 توفير جو أسري هادئ
- 5 علاج الأمراض النفسية
- 6 مراقبة الأصدقاء المحيطين بهم
- 7 عدم منحهم كميات كبيرة من النقود
- 8 عدم تعاطي المخدرات في المنزل
- 9 استغلال وقت الفراغ

جمعية التنمية الأسرية
بمحافظة خليص تودد

قيمتنا قيمتنا
عقبة رصيلة قلعة لعم

دور الأسرة في الوقاية من المخدرات

التحدث مع الأبناء
ومصارحتهم

المتابعة في
سن مبكرة

الاستعانة بالاختصاصي

التحذير من المخدرات وعواقبها

التقرب للأبناء والاهتمام بهم



جمعية التنمية الأسرية
بمحافظة خليص تودد



جمعية التنمية الأسرية
بمحافظة خليص تودد

دور الاسره الوقاية من المخدرات

دور الأسرة في مواجهة ظاهرة تعاطي المخدرات

ان دور الأسرة الأساسي يتمثل في ضمان التربية السليمة للطفل من جميع النواحي الجسمية، الفكرية، النفسية، الدينية، والسلوكية، حتى ينشأ نشأة سوية واعداده ليكون عنصراً فاعلاً في مجتمعه، فالتربية التي يمنحها الوالدان تشكل أول خط دفاعي وأول حصانة ضد الآفات الاجتماعية التي سيواجهها الطفل في حياته اليومية خارج البيت. كما أن الأسرة من خلال حماية أفراد الأسرة تدفع عنهم كل خطر يهدد حياتهم، سواء من التصرفات غير الاجتماعية أو غير ذلك، وحماية الأفراد من خطر تعاطي المخدرات إنما يتم للأسرة من خلال حديث الأب مع أبنائه وتبصيرهم بهذا الخطر الداهم، وجذب انتباههم لمواجهة هذه المشكلة المجتمعية الخطيرة بإمدادهم ببعض الكتب والمنشورات التي تحثهم على تكوين اتجاهات سلبية نحو المخدرات والعقاقير، وفي حالة خطأ أحد الأبناء وانحرافه لتعاطي المخدرات، على الأب أن يصطحب ابنه لأقرب مؤسسة علاجية حينما يشاهد عليه أي ما من السمات التي يمكن من خلالها الحكم على هذا الابن أنه يتعاطى المخدرات

الأسرة..

هي النواة الرئيسية في مواجهة خطر المخدرات.



عمل:عبدالله صالح بن طالب



دور الأسرة في الوقاية من الاذمان

تلعب الأسرة دور مهم في الحفاظ على أبنائها من السلوك المنحرف، فعليها تقع المسؤولية بالدرجة الأولى من توعية الأبناء وتوجيههم وإرشادهم، كما أن مسؤوليتها تتجاوز التوعية إلى التكفل والعلاج، خاصة مع انتشار ظاهرة تعاطي المخدرات التي تشكل تهديداً مجتمعا، نظراً لاستهدافها لأهم عنصر فيه وهم الشباب



جمعية التنمية الأسرية
بمحافظة خليص تودد

دلال عبدالله الشبرمي



جمعية التنمية الأسرية
بمحافظة خليص تودد



جمعية التنمية الأسرية
بمحافظة خليص تودد

التممر هو واحد من أقيح الظواهر التي قد يتعرض لها الإنسان في حياته ويسبب له الكثير من الأذى النفسي ويحدث التمر في المدارس والجامعات والنوادي وغيرها وقد يتعرض الإنسان إلى التمر بسبب شكله أو لونه أو جنسه أو دينه وغيرها مسببا الألم والأذى النفسي لشخص الواقع عليه التمر، لذا يجب علينا أن نحاول رفض هذه العنصرية وإيجاد الطرق التي تمكننا من التعامل الصحيح مع المتمررين

انواع التمر

تمر لفظي

المضايقة اللفظية الألقاب المهينة
السخرية والتهديد التسبب بالأذى

تمر الكتروني

هو التمر الذي يتم عن طريق
استخدام المعلومات، ووسائل
وتقنيات الاتصالات، كالرسائل
النصية.

تمر بدني

الضرب و اتلاف
الممتلكات والدفع بقوة



- 1-مشكلة في اضطراب الشخصية وعدم القدرة على تقدير الذات.
- 2-مشاكل وسلوك عدواني تجاه الآخرين.
- 3-مشاكل نفسية كالاكتئاب.



جمعية التنمية الأسرية
بمحافظة خليص تودد

التمر

التمر هو نوع من أنواع الأذى والذي يتم توجيهه عبر الأهل أو الأصدقاء أو المعلمين والمعلمات وإن لم يتم معالجة الشخص المتمر من التمر فسوف يكبر مرضه ويقوم بأذى الأشخاص الذين يحيطون به. الشخص المتمر لا يصاب بهذا المرض من تلقاء نفسه، بل توجد عدة أسباب تؤدي إلى أن تجعل أي شخص مصاب بالتمر. التمر هو أكثر الأمراض النفسية المؤذية سواء على المريض أو الأشخاص المحيطين به.

كذلك يعد التمر مرض نفسي ويؤدي صاحبه والأشخاص القريبون منه أكثر من الأمراض الجسدية. كما أن الشخص في بعض الأحيان يتتمر على الناس خوفاً من أن يأتي أحد ما ويتتمر عليه.

كما أن الأشخاص المتمررين يتعاملون ببعض السياسات المختلفة مثل سياسة التهديد والتخويف وسياسة الاستهزاء بالآخرين والتقليل من شأنهم، حتى لو كانوا كبار السن.



دورالاسره في الوقاية من المخدرات

دور الأسرة في مواجهة ظاهرة تعاطي المخدرات

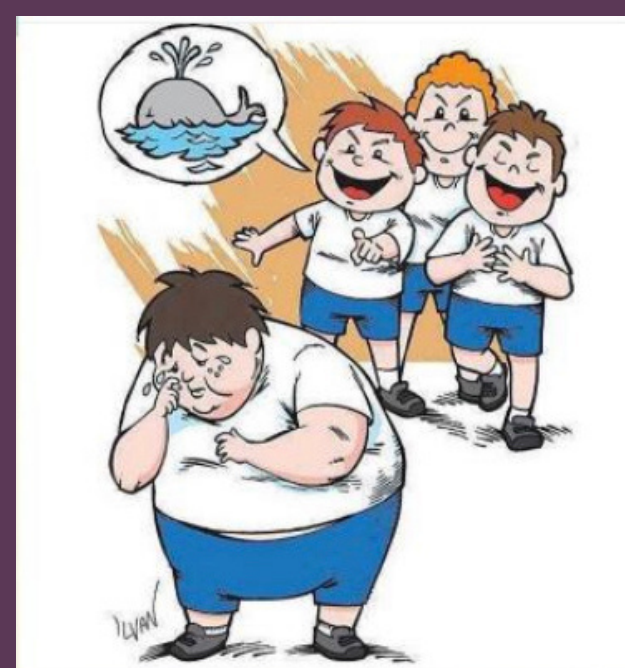
ان دور الأسرة الأساسي يتمثل في ضمان التربية السليمة للطفل من جميع النواحي الجسمية، الفكرية، النفسية، الدينية، والسلوكية، حتى ينشأ نشأة سوية واعداده ليكون عنصراً فاعلاً في مجتمعه، فالتربية التي يمنحها الوالدان تشكل أول خط دفاعي وأول حصانة ضد الآفات الاجتماعية التي سيواجهها الطفل في حياته اليومية خارج البيت. كما أن الأسرة من خلال حماية أفراد الأسرة تدفع عنهم كل خطر يهدد حياتهم، سواء من التصرفات غير الاجتماعية أو غير ذلك، وحماية الأفراد من خطر تعاطي المخدرات إنما يتم للأسرة من خلال حديث الأب مع أبنائه وتبصيرهم بهذا الخطر الداهم، وجذب انتباههم لمواجهة هذه المشكلة المجتمعية الخطيرة بإمدادهم ببعض الكتب والمنشورات التي تحثهم على تكوين اتجاهات سلبية نحو المخدرات والعقاقير، وفيحالة خطأ أحد الأبناء وانحرافه لتعاطي المخدرات، على الأب أن يصطحب ابنه لأقرب مؤسسة علاجية حينما يشاهد عليه أيا من السمات التي يمكن من خلالها الحكم على هذا الابن أنه يتعاطى المخدرات

الأسرة التي يسودها
الحب والاحترام والمودة
تكون بعيدة عن الانحرافات والمخدرات



عمل:حمد ابراهيم
المرشد

التمر ينتهك حقوق الإنسان
ويسبب أذى نفسي وعاطفي





جمعية التنمية الأسرية
بمحافظة خليص تودد



جمعية التنمية الأسرية
بمحافظة خليص تودد

آثار التنمر على المجتمع والفرد

يرتبط التعرض للتنمر في مرحلة الطفولة بتأثير اقتصادي فردي ومجتمعي إلى حد دائم وكبير بالنسبة للنساء والرجال، وذلك بحسب دراسة بريطانية أجريت على شريحة واسعة من الناس في مراحل عمرية مختلفة.



هدى عبد العزيز أبا الخيل



جمعية التنمية الأسرية
بمحافظة خليص تودد



جمعية التنمية الأسرية
بمحافظة خليص تودد

التنمر وتأثيره على المجتمع

يتأثر الإنسان في حال التعرض لأحد أنواع التنمر المختلفة سواء كان التنمر لفظي أو جسدي او نوع آخر من أنواع التنمر التي قد أشرنا إليها , وقد يتأثر المجتمع بسبب اتباع تلك السلوكيات السيئة

صور التنمر في المجتمع





جمعية التنمية الأسرية
بمحافظة خليص تودد



جمعية التنمية الأسرية
بمحافظة خليص تودد

التنمر وتأثير في المجتمع

التنمر هو سلوك سلبي يتضمن استخدام العنف اللفظي أو الجسدي أو التهديدات أو الاستهزاء أو الانتقادات المتكررة ضد شخص معين، وغالباً ما يكون الهدف ضعيف أو غير قادر على الدفاع عن نفسه بشكل فعال. يمكن أن يكون التنمر مشكلة خطيرة في المجتمعات، وقد يؤثر بشكل سلبي على الأفراد والمجتمعات بأكملها بعدة طرق، منها:

تأثير نفسي

تدهور صحة الضحية النفسية، مما يؤدي إلى انخفاض مستويات الثقة بالنفس،



تأثير اجتماعي

العزل الاجتماعي وانعدام الانتماء



تأثير تعليمي

الانخراط في الغياب المدرسي ویتراجع أدائهم الأكاديمي



تأثير اقتصادي

تكاليف الرعاية الصحية الناتجة عن الآثار النفسية والجسدية للتنمر



تأثير صحي

تدهور الصحة الجسدية أيضًا، من خلال زيادة مستويات التوتر والقلق والإجهاد





جمعية التنمية الأسرية
بمحافظة خليص تودد

أهمية الأسرة في المجتمع

الأسرة في المجتمع من كونها مؤسسة اجتماعية، فتكوين الأسرة ضرورة حتمية لبقاء الجنس البشري ودوام الوجود الاجتماعي، وتتجلى أهمية النظام الأسري في المجتمع في النقاط الآتية: [١] تُعتبر الأسرة الخلية الأولى التي يتكوّن منها المجتمع، وهي أساس الاستقرار في الحياة الاجتماعية. [٢] تُعتبر نشأة الأسرة وتطورها ثمرة من ثمرات حياتهم، فهي مصدر العادات، والأعراف، والتقاليد، وقواعد السلوك، وعليها تقوم عملية التنشئة الاجتماعية، ولكل أسرة بعض الخصائص الثقافية الخاصة. تؤثر الأسرة فيما عداها من النظم الاجتماعية الأخرى وتتأثر فيها؛ فإن صلحت صلح المجتمع ككل وإن فسدت فسدت المجتمع ككل. تُعتبر الأسرة وحدة اقتصادية، واجتماعية، ونفسية؛ لما توفره لأفرادها من مستلزمات الحياة اليومية واحتياجاتها. [٣] يُمكن اعتبار الأسرة وحدة إحصائية؛ أي يُمكن اتخاذها أساساً لإجراء الإحصاءات المتعلقة بعدد السكان ومستوى المعيشة والنظام الطبقي، ويُمكن اتخاذها كذلك كعينة للدراسة والبحث وعمل المتوسطات الإحصائية؛ وذلك للوقوف على المشكلات الأسرية ورسم المخططات المثمرة للقضاء عليها. تُشكل الأسرة وسطاً لتحقيق غرائز الإنسان ودوافعه الطبيعية والاجتماعية.

الوعي الأسري وأثره على المجتمع



الوعي الأسري يعتبر أمراً مهماً لأنه يؤثر على المجتمع بصورة كبيرة. عندما تكون الأسر قادرة على بناء علاقات صحية وتربية أطفالها بشكل جيد، فإن ذلك ينعكس إيجاباً على المجتمع بأكمله من خلال تربية أفراد مسؤولين ومتوازنين. على سبيل المثال، الوالدين الذين يقومون بتعزيز القيم الإيجابية والتواصل الفعال في الأسرة يمكن أن يساهموا في بناء مجتمع أكثر تسامحاً وتعاوناً.

لا شيء يشبه الأسرة فحتى

الحديث والضحك بوجودهم يختلف

هُم المستراح والدفء وطيب الحياة



كيف تقوي الروابط الأسرية؟

تناول وجبات الطعام معاً | قراءة القصص مع الأطفال | المشاركة في اتخاذ القرار | دعم ومساندة المحتاج من أفراد الأسرة | الرحلات الأسرية

فضائل صلة الرحم:

- تحقيق محبة الله عز وجل
- بسط الرزق وزيادة البركة
- كثرة النعم ودفع النقم
- تقوي مشاعر الأخوة والود والمحبة
- بناء المجتمعات المتكاملة المتماسكة

تحديات تواجه مؤسسة الأسرة:

- تدخل الأدوار والمسؤوليات وفق متغيرات العصر
- الظروف الاقتصادية وأثرها على حياة الزوجين
- ضعف التهيئة المناسبة للمقبلين على الزواج
- اختلال معايير التشارك المناسب للزواج
- غياب الأسلوب التشاركي في الأدوار والمسؤوليات



أهمية الأسرة

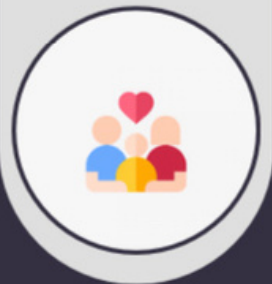
المساهمة في تكوين مجتمع صالح ومتنظم

تحقيق النمو الطبيعي للأفراد

زيادة ثقة الفرد بنفسه

تعزيز تماسك المجتمع

دعم المجتمع والحسن الملبغ



الاحتواء

ينبغي أن يكون حرص الأبوين على صلاح الأولاد، ليس بأقل من مستوى حرصهم على سلامتهم الصحية، فكما أن الأبوين لا يتحملان ظهور طفح بسيط على جلد البنت، فيأخذونها إلى أقصى بلاد الأرض للعلاج، فكيف لا يحزكان ساكننا عندما يريان فيها بوادر المحرمات الكبرى ! .. لا بدّ من المراقبة وإيجاد هذه الحراسة المشددة، ولكن لا على نحو الاستنطاق والإدانة بالجرم، كأن يبحث

الأب في الجهاز أمام ابنه - مثلاً - عن المواقع التي دخلها، ويمطره

بوابل من الشتائم والتقريع .. فهذا الأسلوب السافر نقض للغرض،

بل قد يوقع في قلبه كثيراً من الآثار السلبية .. وإنما ينبغي أن يرشده

بأسلوب ذكي ولبق، متأسياً بالحسنين عندما رأيا شيخاً كبيراً

يُخطئ في وضوئه، وأرادا أن يفهماه بطلان وضوئه، فتوضاً أمامه

وطلبا منه أن يقيم أيهما أحسن وضوءاً، وبهذا الأسلوب البارع فهم

الشيخ أن مرادهما لفت نظره إلى أن وضوءه باطل. فينبغي أن يكون

الأبوان في التربية على مستوى من التفهم والاحتواء للابن



جمعية التنمية الأسرية
بمحافظة خليص تودّد

نحو أسرة سعيدة



2
0
2
4

قدم بواسطة:

مها عبدالعزيز الطريقي

جلسات المصارحة

إن من الأمور الضرورية في الحياة الزوجية عقد جلسات مصارحة بشكل هادئ، ويهدف إصلاح ما يوجد من السلبيات، ومن المناسب استغلال أيام المناسبات كعيد الزواج، أو موالد المعصومين ، أو شهر رمضان .. ومن أنسب الفرص لعقد الجلسات العائلية في فترة الزيارة إلى المشاهد المقدسة، قرب الأسرة كما يفكر في الجانب المادي لعائلته، فإنه أيضاً يفكر في صلاحهم واستقامتهم على الجادة .. وخاصة أنه في أرض الوطن قد لا يجد الأذان الصاغية، والتقبل اللازم للنصيحة، لانشغالهم بأمور الدنيا والدراسة والعمل، أضف إلى حالة الصفاء والرفقة التي يكتسبونها في الزيارة .. فمن المناسب اغتنام هذه الحالة، في تغيير مسيرة العائلة بمصارحة الزوجة والأولاد بما يراه من السلبيات والأمور المنكرة .. فإذا كان الأب يرى منكراً لا يتحمل في حياة ولده، فما المانع أن ينصحه في حضرة المعصوم، ويأخذ منه العهود والمواثيق بأن لا يعود إلى هذا المنكر ببركة المعصوم .



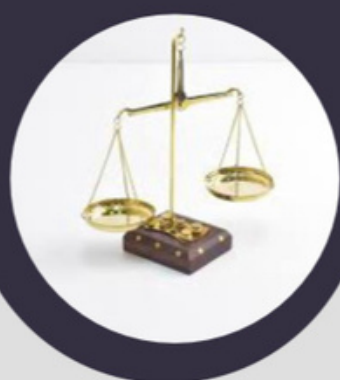
آية الزواج

إن الزواج آية من آيات الله تعالى الدالة على عظمته وقدرته وبداع صنعه من جهات عدة، ومنها الإعجاز في خلق الإنسان .. ومن المناسب للزوجين الاطلاع على المشاهد العلمية المبينة لمراحل تشكيل الجنين: فبعد أن يتم الاتحاد العجيب بين خلية البويضة وخلية النطفة، تتكون خلية واحدة، وهي الخلية التي تحمل الصفات الوراثية، ومنها تنشأ كل خلايا الإنسان، فتتكون العظام من مجموعة معينة من هذه الخلايا، ويتكون الكبد والأعصاب والعين من مجموعات أخرى، وهكذا حتى تتشكل البنية الكاملة للجسم، وللقفل أن يتحير وبذهل كيف تتشكل هذه الخلايا بهذه الدقة المناسبة حسب كل عضو ! .. والأغرب من ذلك ما يحدث في الشهر الرابع، إذ تُنفخ في هذا التكوين الروح، فتحش الأم بحركة الجنين في بطنها ! .. إن خلفه الإنسان من آيات الله الكبرى التي يعجز العلم عن الوصول إلى أسرارها، ورب العالمين عندما يصل إلى خلقه بني آدم ينسبها لنفسه،

إذ يقول تعالى: ﴿هُوَ الَّذِي يُصَوِّرُكُمْ فِي الْأَرْحَامِ كَيْفَ يَشَاءُ﴾

الموازنة

ليس هناك حياة زوجية متوافقة من جميع الجهات، فالزوجان ليسا بمثابة نصف تفاحة مع نصف تفاحة، ليطلب منهما أن يكونا ثمرة واحدة، بل قد يكون الزوج فاكهة والزوجة فاكهة أخرى، ولا تطابق بينهما لا من حيث الحجم ولا الطعم ولا اللون ولا البيئة التي ينتسبان إليها، فكلاهما نصف مغاير تماماً للآخر، ومن الطبيعي وجود الاختلاف بينهما ! .. ولكن في حالة وجود خلافات لا بد من الموازنة بين الإيجابيات والسلبيات، وأن تكون هذه الدراسة بموضوعية، وبمراجعة أهل الحل والعقد، كما يقول القرآن : ﴿وَإِنْ خِفْتُمْ شِقَاقَ بَيْنِهِمَا فَأِنبِئُوهُمَا بِحُكْمِ اللَّهِ وَحُكْمًا مِّنْ أَهْلِهَا﴾ (١) .. ولا مانع من أن يكون الحكم شخصاً واحداً، مثلاً عالماً من علماء الشريعة له معرفة بخفايا الأمور .. وإن لم يتم التوصل إلى حلّ، فكما يقال : (آخر الدواء الكي) فالطلاق قد يكون الحل، وإن كان أبيض الحلال عند الله تعالى. ومع الأسف بعض النساء تلوك كلمة الطلاق، دون معرفة بعواقبها وسلبياتها، وكأن ذكر هذه الكلمة يحل مشكلتها ! .. والحال أن ماء وجهها، وحرمة الحياة الزوجية؛ تذهب



نحو أسرة سعيدة



جمعية التنمية الأسرية
بمحافظة خليص تودد



بناء أسرة سعيدة: السر الى السعادة



جمعية التنمية الأسرية
بمحافظة خليص تودد

مفهوم الأسرة

الأسرة هي أساس المجتمع ومصدر السعادة والاستقرار. يجب بناء علاقات قوية ومتينة بين أفراد الأسرة لتحقيق السعادة والتوازن.



جمعية التنمية الأسرية
بمحافظة خليص تودد



تواصل فعّال

تعزيز التواصل والاستماع المتفهم بين أفراد الأسرة يساهم في بناء علاقات إيجابية وتعزيز الثقة والتفاهم.



جمعية التنمية الأسرية
بمحافظة خليص تودد





جمعية التنمية الأسرية بمحافظة خليص تودد

● مقومات السعادة الاسرية

■ المرونة بين أفراد العائلة

تتميز الأسرة السعيدة بالمرونة التي تظهر من خلال الأحاديث المفصلة عن الأشياء بين أفراد الأسرة، ووضع الخطط البديلة في حال الحاجة إليها، وأخذ الدروس من الظروف الصعبة والحرص على أن يكون أفراد الأسرة متفائلين خلالها، ومواجهة هذه الأزمات بتكاتف وتعاضد من خلال مناقشتها ومحاولة إيجاد الحلول.[١] يجب توفير بيئة سليمة تُساعد الأفراد على مواجهة صعوبات الحياة، وذلك من خلال ما يأتي

■ تحديّ الأزمات:

تهتم الأسرة المرنة بمواجهة التحديات أو التكيف مع الظروف الصعبة التي قد تتعرض لها بشكل مشترك، إذ ينبغي على الجميع تحمل المسؤولية، فذلك يُساعد على تقوية الروابط الأسرية، وذلك من خلال تحديد دور كل فرد في مواجهة المشاكل والمرونة في تبادل الأدوار فيما بينهم بما يتناسب مع التحديات التي تتعرض لها الأسرة.

■ النظرة الإيجابية:

تتميز الأسرة المرنة بقدرتها على التركيز على النقاط الإيجابية في أوقات الأزمات، والحفاظ على التفاؤل والثقة للتغلب على التحديات التي تواجهها.

■ القيم الروحانية:

تُعَد القيم الروحانية من الأمور الأساسية التي تُركز عليها الأسرة المرنة، حيث تعتبر الأسرة أن قوة الأفراد وراحتهم تكون من خلال أداء الصلوات الدينية أو ممارسة تقاليد ثقافية معينة.

■ التواصل

تُركز الأسرة المرنة على مهارات التواصل والتفاعل بين أفرادها، وذلك من خلال إتاحة الفرصة لهم في تحديد المشاكل، وإيجاد الحلول لها بشكل جماعي، مما يجعلهم مستعدين لمواجهة تحديات المستقبل، ويُتيح لهم فرصة التعبير عن أفكارهم والانفتاح العاطفي فيما بينهم.

المقدمة

إن الحمد لله، نحمده ونستعينه ونستغفره، ونعوذ بالله من شرور أنفسنا ومن سيئات أعمالنا، من يهده الله فلا مضل له، ومن يضلل فلا هادي له، وأشهد أن لا إله إلا الله وحده لا شريك له، وأن محمداً عبده ورسوله، اللهم صل وسلم عليه وعلى آله وصحبه ومن صار على نهجه وسنته إلى يوم الدين. ثم أما بعد:

﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ حَقَّ تَقَاتِهِ وَلَا تَمُوتُوا إِلَّا وَأَنتُمْ مُسْلِمُونَ ﴾¹
﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَقُولُوا قَوْلًا سَدِيدًا * يُصْلِحْ لَكُمْ أَعْمَالَكُمْ وَيَغْفِرْ لَكُمْ ذُنُوبَكُمْ وَمَنْ يُطِيعِ اللَّهَ وَرَسُولَهُ فَقَدْ فَازَ فَوْزًا عَظِيمًا ﴾²

﴿ يَا أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّكُمُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَخَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَبَثَّ مِنْهُمَا رِجَالًا كَثِيرًا وَنِسَاءً وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي تَسَاءَلُونَ بِهِ وَالْأَرْحَامَ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيبًا ﴾³

فإن أصدق الحديث كتاب الله تعالى، وأحسن الهدي هدي محمد ﷺ، وشر الأمور محدثاتها، وكل محدثة بدعة وكل بدعة ضلالة، وكل ضلالة في النار⁴.

فمن قلب يُحبك، ونفس تسعى للسعادة، سطرت هذه الكلمات من علوم الأولين، وخبرة المحبين، وتجارب الأزواج الموفقين، جعلتها لسعادة الأسر، وإشارات على الطريق، موجزة ومختصرة لكل زوجين، خفيفة الظل لطيفة الأسلوب، غنية بما فيها، مشوقة للقراءة والمطالعة.



جمعية التنمية الأسرية
بمحافظة خليص تودد



جامع القطان - مخطط السلام
الدف - خليص
المملكة العربية السعودية

khulisosrah@gmail.com

٠٥٥٨٩٠٩٠٠٦
٠٥٠٥٥٩٥٣٢٤

www.taudud.org



المنصة الوطنية
للعمل التطوعي



الموارد البشرية
والتنمية الاجتماعية

