

تم تحميل وعرض المادة من

منهجي

mnhaji.com



موقع منهجي منصة تعليمية توفر كل ما يحتاجه المعلم
والطالب من حلول الكتب الدراسية وشرح للدروس
بأسلوب مبسط لكافة المراحل التعليمية وتوزيع
المناهج وتحضير وملخصات ونماذج اختبارات وأوراق
عمل جاهزة للطباعة والتحميل بشكل مجاني

حمل تطبيق منهجي ليصلك كل جديد



ملخص مادة

الدراسات النفسية والاجتماعية

التعليم الثانوي - نظام المسارات
السنة الثالثة

الفصل الدراسي الثالث

إعداد /

موقع منهجي 
mnhaji.com

الدراسات النفسية والاجتماعية (الصف: الثالث الثانوي مسارات 1445هـ)

- مفهوم علم النفس هو : هو العلم الذي يدرس سلوك الإنسان دراسة علمية من جوانبه المختلفة
- السلوك هو جميع أنواع النشاط التي تصدر عن الإنسان.
- جوانب السلوك / المعرفي - الوجداني - الحركي الظاهر
- الجانب المعرفي ويشمل العمليات العقلية كالتذكر والفهم والاستنتاج والانتباه
- علم الاجتماع / هو دراسة الحياة الاجتماعية في المجتمع بكل ما تحويه من عادات وتقاليده
- أسباب المشكلات الاجتماعية / ضعف الوازع الديني- التفكك الاسري- الأوضاع الاجتماعية المتغيرة
- ابرز المشكلات الاجتماعية في المجتمع/ الطلاق- العمالة المنزلية - المخدرات
- اهداف علم النفس والاجتماع/ الفهم- التوقع- التوجيه
- تكمن الأهمية النظرية لدراسة علم النفس في معرفة أفكارنا ومشاعرنا وسلوكياتنا
- علم النفس النمو / يدرس مراحل النمو والخصائص النفسية والعوامل المؤثرة فيها
- علم النفس الارشادي يهدف إلى مساعدة الأسوياء (العاديين) من الناس على حل مشكلاتهم بأنفسهم في مجال معين
- علم النفس التجاري/ يهتم بدراسة دوافع الشراء وحاجات المستهلكين
- علم اجتماع الجريمة/ يتناول دوافع الجريمة والعوامل البيئية التي تسهم في انتشارها ودراسة وسائل العلاج
- علم الاجتماع التربوي هو العلم الذي يتناول التطوير في أساليب نقل المعرفة والخبرات من جيل إلى آخر.
- تعريف النمو الإنساني/ هو التغيرات والتطورات في مختلف جوانب حياة الانسان ويشمل التغيرات الجسمية والنفسية والاجتماعية
- مجالات النمو/ النمو الجسمي - النمو العقلي- النمو الانفعالي والاجتماعي
- يتأثر النمو الانفعالي بالنمو الجسمي ويؤثر النمو الجسمي في النمو العقلي وفي التفكير
- من المبادئ العامة في النمو / النمو ليس عملية عشوائية - مبدأ الفروق الفردية - مبدأ الشمولية في النمو
- العوامل المؤثرة في النمو / الوراثة - البيئة
- هناك صفات تتأثر بعامل الوراثة ومنها لون البشرة والشعر والطول
- الغدة النخامية هي الغدة الرئيسية في الجسم وتقع وسط المخ وهي تحدد نمو الانسان من حيث الطول بإفرازها لهرمون النمو

- الغدة الدرقية مهمتها تنظيم الحرق والطاقة في الجسم
- الغدة الكظرية تفرز هرمون الأدرينالين في الدم في حالة الطوارئ
- أهم المؤثرات البيئية في الرحم على نمو الجنين/ التغذية – الأشعة السينية – الأمراض – التدخين – نفسية الأم
- مرحلة الرضاعة تبدأ من الولادة إلى نهاية السنة الثانية
- الطفولة المبكرة من 3 سنوات إلى 6 سنوات
- الطفولة المتأخرة من 6 سنوات إلى 12 سنة وهم أطفال المرحلة الابتدائية
- يتميز المراهق أنه مستقل وله شخصيته المميزة ويفسر التدخل بأنه انتقاص من قدره وأنه يعامل على أنه صغير وتسمى النزعة الاستقلالية
- **الدافع /** هو حالة داخلية جسمية أو نفسية لدى الفرد تجعله يقوم بأداء سلوك في اتجاه محدد من أجل تحقيق هدف معين
- من الدوافع الفطرية المحافظة على البقاء (مثل دافع الجوع والعطش والراحة) – دافع الجنس والأمومة - دافع الحاجة إلى السكن والاستقرار- دافع تجنب الخطر
- **الدوافع المكتسبة** هي التي لا يولد بها الإنسان، ولا بد من تعلم مسبق لها من خلال البيئة التي يعيش فيها
- دوافع مكتسبة مثل دافع الأمن – دافع الانتماء – دافع التفوق – دافع الحب والعطف – العبادة – دافع تحقيق الذات
- **العوامل التي تساعد على التحكم في الدوافع / النمو – الثقافة الاجتماعية – الدين**
- **تعريف الانفعالات/** حالة تحدث لدى الكائن الحي تصحبها تغيرات جسمية داخلية وخارجية تعبر عن الحالة التي يعيشها في هذه اللحظة
- **الانفعال يعتبر حالة مؤقتة لا تستمر طويلاً**
- من أنواع الانفعالات/ الحب- الخوف- الفرح والسرور- الغضب – الغضب- الحزن – الندم
- الخوف حالة انفعالية تنتج عن وجود مثير يهدد الفرد والخوف العادي يكون خوف مؤقت ثم يزول
- الحزن شعور بالألم نتيجة لفقدان شيء ما كان موجوداً في الماضي
- الندم حالة انفعالية تعكس الرغبة في استعادة الأحداث الماضية للتصرف بصورة أفضل تجاه تلك المواقف
- تساعد بعض الانفعالات على اتخاذ القرارات الملائمة لنوع الانفعال

- تساعد بعض الانفعالات على تنمية العلاقات بين الناس
- تبدأ كثير من الامراض الجسمية المزمنة بسبب الانفعالات المستمرة (مرض ضغط الدم والسكر)
- من وسائل التقليل من آثار الغضب الوضوء
- التعلم/ هو كل ما يكتسبه الفرد من معلومات ومعارف ومهارات وهي عملية مستمرة مدى الحياة
- مصادر التعلم / التعلم النظامي- التنشئة الاجتماعية – التعلم غير المقصود
- شروط التعليم / النضج – الدافعية – الممارسة والتدريب
- أسلوب التعلم الاجرائي الذي اهتم بهذا العلم هو **سكينر**
- التعزيز يعمل على تقوية السلوك الصادر من الكائن الحي
- أسلوب التعلم الاجتماعي اننا نتعلم من مراقبتنا لسلوك الاخرين وصاحب هذه النظرية **ألبرت باندورا**
- أسلوب التعلم الاجتماعي يسمى التعلم بالملاحظة
- أسلوب التعلم بالمحاولة والخطأ وصاحب هذه النظرية **ثورندايك** حيث يرى ان التعلم يتم عن طريق القيام بعدد من المحاولات الى ان يصل الى الاستجابة الصحيحة
- الاسترجاع التلقائي هو حضور الذكريات في الذهن دون ان يكون هناك سبب واضح
- الاستدعاء هو القيام بالتذكر المتعمد
- الانتباه هو العملية التي يتم بمقتضاها توجيه الذهن الى شيء ما
- **الذكاء** /هو القدرة على الفهم والتكيف مع البيئة المحيطة باستخدام تركيبية من القدرات الموروثة والمتعلمة من خلال الخبرات
- (مقياس بينيه) هو مقياس الذكاء
- نسبة الذكاء من 120 – 129 **التصنيف تفوق** / نسبة الذكاء 90- 109 **التصنيف متوسط** /
- نسبة الذكاء 70 – 79 **التصنيف ذكاء حدي** (بطيئو التعلم) / نسبة الذكاء 69 **وأقل التصنيف تخلف عقلي**
- **عقلي**
- الذكاء الاجتماعي القدرة على فهم الاخرين على اختلاف شخصياتهم والقدرة على التعامل معهم
- القدرة على التعامل مع الأرقام وحل المشكلات المنطقية ذكاء منطقي والرياضي
- الذكاء البصري والمكاني المهارة في الحس بالاتجاهات والمهارة في التعامل مع الاحجام والاشكال والالوان
- **اليوم العالمي للصحة النفسية هو اليوم العاشر من أكتوبر**
- **الصحة النفسية رضا وانسجام الفرد مع نفسه ومع الأشخاص والمواقف والاحداث من حوله**

- من التفكير الإيجابي ان يواجه المرء المواقف ولا يحاول الهروب منها لأنه افضل من القلق والتوتر او الهروب
- التفكير الشمولي عندما تحدث مشكلة من المهم ان تنظر لها من كافة الزوايا حتى تستطيع حلها بشكل مناب
- من مهارات توكيد الذات / مواجهة الاخرين – ابدا الاعجاب والمدح – القدرة على قو (لا) – المصارحة – توجيه النقد
- الاضطراب النفسي هو حالة من عدم التكيف مع الذات او مع الاخرين او مع جوانب الحياة المختلفة
- الوسواس القهري تكرار سلوك معين او أفكار محددة طوال اليوم بشكل مزعج ولا يستطيع التخلص منها
- الاكتئاب حالة من الحزن الشديد المستمر الذي ليس له سبب واضح
- الفوبيا الخوف الدائم من موضوع ما او موقف او كائن غير مخيف لدى غالبية الناس
- من خطوات العلاج النفسي / الاعتراف بالمشكلة – مراجعة المختصين – تعديل السلوك و علاجه نفسيا
- من طبيعة الاضطرابات النفسية أنها قد تحتاج إلى وقت أطول للعلاج بعكس الأمراض الجسمية .

تمنيتي لكم بالتوفيق والنجاح
الأستاذ أحمد الفيقي