

زمان	موضوع	موضوع جزئی	فعالیت
جلسه ۱۲	حل مسئله	پیامد بلندمدت و کوتاهمدت	بحث گروهی تکمیل جدول

پیامد بلندمدت و پیامد کوتاهمدت را در نظر بگیریم

چند روز بود که درنا حال خوبی نداشت. درنا با دوست صمیمی خود سارا در مدرسه قهر کرده بود و برای این که به این مسئله فکر نکند بیشتر وقت خود را با تبلت می گذراند. مادر به درنا گفت: درنا جان تو باید برای استفاده از تبلت خود برنامه ریزی صحیح داشته باشی. درنا از این حرف مادر ناراحت شد و به مادر گفت: مادر من چرا باید کمتر با لب تاپ خود بازی کنم؟ من که درس هایم را به خوبی می خوانم. در ضمن این کار موجب می شود که دیگر به مشکلم با سارا فکر نکنم.



دوستان خوبم، برای درنا توضیح دهید که استشاده از تبلیت چه پیامدهای بلندمدت و چه پیامدهای کوتاه مدتی خواهد داشت.

با هم فکر کنیم



پیامدهای بلندمدت	پیامدهای کوتاه مدت
باعث تبلی و ضعیف شدن چشمش می شود	میتواند سرگرم شود
به عهده دانش آموز	به عهده دانش آموز
به عهده دانش آموز	به عهده دانش آموز

۳۲



تکلیف



دوستان خوبم، جدول زیر را تکمیل کنید.
در این هفته تأثیرات کوتاه مدت و بلندمدت تصمیمات خود را بررسی نموده و سپس حل مسئله انجام دهید.

انتخاب	تأثیر کوتاه مدت	تأثیر بلندمدت
یواشکی پول را از کیف مادرم برداشتم.	مادرم دعوایم کرد.	مادرم اعتمادش به من کمتر شده است.

به
عهده
دانش آموز



انتخاب‌های ما می‌تواند تأثیر کوتاه مدت یا بلندمدت بر روی زندگیمان داشته باشد.



یاد گرفتیم

تأثیر کوتاه مدت یعنی انتخاب ما تأثیر کوتاه مدتی بر زندگیمان داشته باشد.



تأثیر بلندمدت یعنی این که انتخاب ما تأثیر بلندمدتی بر زندگیمان داشته باشد.



در حل مسئله و انتخاب بهترین راه حل باید تأثیرات بلندمدت و کوتاه مدت تصمیمات خود را در نظر گرفته تا بتوانیم بهترین تصمیمات را برای زندگی خود بگیریم.



در استفاده از انرژی صرفه‌جویی کنیم



یک روز از سازمان ذخایر ملی کشور به مدرسه‌ی درنا آمدند. مسئول این سازمان در مورد مراقبت از ذخایر ملی صحبت کرد. او توضیح داد که این ذخایر تمام‌شدنی و در دست ما امانت هستند. او گفت: ما اجازه نداریم به هر اندازه که دوست داریم از این منابع استفاده کنیم بلکه باید به اندازه نیازهای خود از این منابع بهره ببریم سپس از دانش‌آموزان سؤال کرد که شما از چه روش‌هایی می‌توانید به حل مشکل کمبود ذخایر انرژی کمک کنید؟



دوست خوبم، شما به چه روش‌هایی می‌توانید در استفاده از منابع زیر صرفه‌جویی کنید؟

با هم فکر کنیم



آب	گرما	برق
شیر آب را هنگام ظرف شستن ببندیم	در زمستان پنجره‌ها را عایق کنیم	کاهش مصرف در زمان اوج استفاده از برق
به عهده دانش آموز	به عهده دانش آموز	به عهده دانش آموز



فعالیت	موضوع جزئی	موضوع	زمان
پرسش و پاسخ نمایش	روش‌های تصمیم‌گیری	تصمیم‌گیری	جلسه ۱۵

برای تصمیم‌گیری صحیح، از روش منطقی استفاده کنیم

سارا دختری بسیار احساساتی است. او بیشتر تصمیم‌هایش را بر اساس احساسات و هیجانانش می‌گیرد. به خاطر همین اغلب تصمیم‌های او آنی است. این موضوع باعث می‌شود که مدام در تصمیم‌گیری‌هایش دچار مشکل شده و موجب آزار خود و دوستانش شود.

یک روز درنا به سارا گفت: من به کمک تو احتیاج دارم. مقداری پول لازم دارم آیا می‌توانی به من قرض بدهی؟ سارا بدون این‌که فکر کند سریع احساساتی شد و بلافاصله گفت: بله که می‌توانم. حتماً فردا برایت این پول را می‌آورم.



وقتی سارا به خانه رفت، به مادرش گفت که من مقداری پول لازم دارم. لطفاً این پول را به من بده، اما مادر سارا با این درخواست او موافقت نکرد.

۱. استفاده از روش‌های آنی و هیجانی چه تأثیرات نامناسبی دارد؟

میتواند منجر به این شود که در آینده و زمانی که منطقی فکر کردیم از تصمیمی که گرفتیم پشیمان شویم



با هم فکر کنیم

۲. در ناه چه صورت‌های دیگری می‌توانست تصمیم‌گیری کند؟

به عهده دانش آموز

دوستان خوبم، در گروه‌های سه یا چند نفره قرار بگیرید. در اجرای نمایش، دانش‌آموزان از روش‌های تصمیم‌گیری متفاوت استفاده کنند. پیامد هر تصمیم‌گیری را نشان دهید.



نمایش



۶



دوستان خوبم، در زیر روش‌های تصمیم‌گیری رابه مثال مرتبط با آن‌ها وصل نمایید.

تصمیم‌گیری احساسی		مریم الان به کمک من نیاز دارد و همین الان من باید برم پیش او و کمکش کنم. (بدون اولویت‌بندی کارهایی که باید انجام دهم).
تصمیم‌گیری منطقی		مامان تو به من بگو که آیا باید به مریم کمک کنم و یا نکنم، هرچه شما بگویی همان کار را انجام می‌دهم.
تصمیم‌گیری آنی		حالا بعداً فکر می‌کنم که آیا باید به مریم کمک کنم و یا نکنم.
پشت گوش انداختن		من خیلی خوب می‌دانم که الان مریم به کمک من نیاز دارد اما اول باید بامادرم مشورت کنم و پس از بررسی شرایط تصمیم بگیرم که چه کاری بهتر است انجام دهم. فعلاً با او تماس می‌گیرم تا تصمیم بگیرم چه کاری باید انجام دهم.
واگذاری تصمیم‌گیری به دیگران		دفعه‌ی پیش که من به کمک مریم نیاز داشتم او به من توجهی نکرد و من از دست او بسیار عصبانی هستم و حالا من هم به او کمک نمی‌کنم.

روش‌های تصمیم‌گیری شامل موارد زیر می‌باشند:



- **تصمیم‌گیری آنی** فرد در یک لحظه و بدون فکر تصمیم می‌گیرد. این افراد در مورد پیامدهای تصمیم‌های خود زیاد فکر نمی‌کنند.
- **واگذاری تصمیم‌گیری به دیگران** این قبیل افراد همیشه به کسی نیاز دارند تا برای آنان تصمیم بگیرد. برخی از این افراد به دلیل فرار از مسئولیت‌پذیری و ترس از شکست مسئولیت تصمیم‌های خود را به دیگران واگذار می‌کنند. به عبارت دیگر به دیگران اجازه می‌دهند در مورد آنان تصمیم بگیرند.
- **پشت‌گوش انداختن** این افراد تصمیم‌گیری را مرتب به تعویق می‌اندازند تا زمانی که مجبور شوند تصمیم‌گیری نمایند.
- **تصمیم‌گیری منطقی** این نوع تصمیم‌گیری بر اساس تجزیه و تحلیل موقعیت (مشکل) بررسی مزایا و معایب راه‌های مختلف، ارزیابی نقاط قوت و ضعف انتخاب‌های مختلف انجام می‌شود. تصمیم‌گیری پس از ارزیابی و بررسی تمام راه‌حل‌های ممکن بهترین روش تصمیم‌گیری است.
- **تصمیم‌گیری احساسی** در این نوع تصمیم‌گیری فرد بر اساس احساسات خود نسبت به یک موقعیت یا مسئله و نیز بر اساس پیش‌داوری‌های خود تصمیم‌گیری می‌کند.



زمان	موضوع	موضوع جزئی	فعالیت
جلسه ۱۶	تصمیم گیری	چرخه تصمیم گیری	بحث گروهی کار گروهی

تصمیم گیری های خود را بر اساس چرخه تصمیم گیری انجام دهیم



یک روز برنا از مادرش خواهش کرد که او را در کلاس والیبال ثبت نام کند. او به مادرش گفت: می خواهد در بزرگسالی یک والیبالیست معروف شود و تصمیم دارد که از همین حالا این ورزش را شروع کند. مادر از برنا پرسید: چرا از بین این همه رشته های ورزشی والیبال را انتخاب کرده است؟ برنا گفت: چون معلم ورزش ما که بسیار

حرفه‌ای ورزش می‌کند، والیبالیست معروفی است. مادر خندید و بعد به برنا گفت: ما در هنگام تصمیم‌گیری باید عوامل مختلفی را در نظر بگیریم و سپس تصمیم‌گیری کنیم. در این صورت تصمیم‌گیری ما می‌تواند برای مدت طولانی پابرجا بماند و در زندگی ما مؤثر باشد.

دوستان خوبم، در گروه‌های دو یا چند نفر قرار بگیرید. یک موضوع را انتخاب کنید و سپس بر اساس چرخه، تصمیم‌گیری کنید.



موضوع تصمیم‌گیری:

به عهده دانش آموز

تصمیم اتخاذ شده:

به عهده دانش آموز



۳۸

تکلیف



دوستان خوبم، همراه با پدر و مادر خود یک موضوع برای تصمیم گیری انتخاب کنید و سپس با توجه به مؤلفه‌های تصمیم گیری، تصمیم گیری مناسبی را انجام دهید.

موضوع تصمیم گیری:

به عهده دانش آموز

تصمیم اتخاذ شده:

به عهده دانش آموز

نشان

ما برای تصمیم‌گیری باید مؤلفه‌های زیر را در نظر بگیریم:



یاد گرفتیم

۱. اطلاعات را جمع کنیم.

۲. پیامد انتخاب‌ها را در نظر بگیریم.

۳. احساسات و ارزش‌هایمان را در نظر بگیریم.

۴. از متخصصین کمک بگیریم.

۳۹

