ملخص درس

ملخص الدرس

التفكير الإيجابي

المهارات الأسرية | الثاني المتوسط | الفصل الدراسي الأول

المادة	المهارات الأسرية
الصف	الثاني المتوسط
الفصل الدراسي	الفصل الدراسي الأول
اسم الطالب/ة	.....

شرح الدرس واختباره
امسح لمشاهدة الشرح والاختبار

ورقة العمل
تدرّب على الدرس

■ ما التفكير الإيجابي؟

• نظرة واقعية تبحث عن الحلول والفرص.

■ الفرق عن الساذج

• الإيجابي يخطط ويعمل، والساذج يتجاهل الواقع.

■ أثره

• صحة نفسية أفضل ودراسة أنجح وعلاقات أطيب.

■ كيف أمارسه؟

• أبدل الحديث السلبي بعبارات بنّاءة.

• أشكر الله كل ليلة.

• أتعلم من الفشل.

• أصاحب الإيجابيين.

■ تذكّر

• التوكل على الله مع الأخذ بالأسباب، وأطلب المساعدة عند الحاجة.