


فصل اول

دوستان ما

آیا می‌دانید که: 

دوستی یک نیاز فطری است که خداوند آن را در وجود ما نهاده است و ما موجوداتی اجتماعی هستیم.

اندکی تأمل: 

تا به حال فکر کرده اید که ما چرا دوست انتخاب می‌کنیم و دوستان ما باید چه ویژگی‌هایی داشته باشند؟

می‌خواهیم در این فصل پیام‌وریم که دوستان را چگونه انتخاب کنیم؟ آداب دوستی، اهمیت‌های آن و ویژگی‌های دوست خوب چیست؟



دوستی

درس

دوستی یکی از مهم‌ترین نیازهای بشر است. به راستی دوستان را باید چگونه انتخاب کرد؟ چه افرادی باید برای دوستی انتخاب شوند؟ ویژگی‌های دوست خوب چیست؟ چگونه می‌توان روابط دوستی را محکم کرد؟



■ درس‌نامه:



انسان موجودی اجتماعی است و تنهایی برای او احساسی ناخوشایند است. یکی از مهم‌ترین نیازهای انسان، دوستی است. نیاز به برقراری ارتباط، محبت کردن و محبت دیدن را خداوند در سرشت انسان‌ها قرار داده است.

■ اهمیت‌های دوستی:



- ۱- لذت بردن از هم‌نشینی و صحبت با دوستان
- ۲- هم‌فکری و مشورت در مسائل مختلف
- ۳- در میان گذاشتن شادی‌ها یا ناراحتی‌ها
- ۴- مصاحبت با یک دوست عاقل و صبور باعث سبکی و آرامش روانی می‌شود.
- ۵- همیاری در مشکلات
- ۶- افزایش آگاهی‌ها

انتخاب دوست امری بسیار مهم است؛ زیرا رفتار و اخلاق دوستان در ما تأثیر می‌گذارد و ما نیز تأثیراتی بر دوستان خود داریم. همه‌ی افراد شایستگی دوستی را ندارند. گاهی یک دوست می‌تواند مسیر آینده‌ی دوستش را به سوی سعادت و موفقیت تغییر دهد و حتی می‌تواند موجب ناراحتی و سرشکستگی دوستش شود؛ به همین دلیل انتخاب دوست، دقت بسیار احتیاج دارد.

■ ویژگی‌های دوست خوب:

امام علی (ع) در نامه‌ای به فرزندشان امام حسن (ع) فرمودند: «با نیکان همدلی و رفاقت کن تا از آنان باشی و از بدان جدا شو تا از آنان نباشی.»

■ دوست خوب باید:

- ۱- خیرخواه شما باشد و شما را از کارهای بد و نامناسب باز دارد.
- امام علی (ع) می‌فرمایند: «کسی را برای دوستی انتخاب کن که تو را از کارهای نامناسب بازدارد. زیرا چنین دوستانی به تو یاری می‌رسانند و سبب پیشرفت تو می‌شوند.»
- ۲- دوست خوب با شما صادق و یکرنگ است.
- امام علی (ع) می‌فرمایند: «دوست کسی است که پشت سر هم صادق باشد، یعنی حقوق دوست خود را صادقانه رعایت کند و با او یکرنگ باشد.»
- ۳- دوستان خوب، خوش‌اخلاق و با ادب هستند.
- امام علی (ع) می‌فرمایند: «هر کس ادب ندارد، عقل هم ندارد.»
- پیشوایان دینی به ما توصیه می‌کنند با افراد عاقل، با ایمان و نیکوکار دوست شویم و با افراد دروغگو، بخیل و سخن‌چین دوستی نکنیم.
- پیامبر (ص) می‌فرمایند: «بدترین افراد کسانی هستند که میان مردم سخن‌چینی می‌کنند و بین دوستان جدایی می‌اندازند.»



پرسش‌ها

♦ در جاهای خالی واژه‌های مناسب قرار دهید.

- ۱- طبق گفته‌ی پیامبر (ص) بدترین افراد کسانی هستند که در میان مردم می‌کنند.
- ۲- انسان موجودی است و نمی‌تواند زندگی کند.
- ۳- یکی از موضوعات مهم در روابط دوستی، است.
- ۴- هرکس ادب ندارد، هم ندارد.
- ۵- دوست خوب مایه‌ی انسان است.
- ۶- دوست کسی است که پشت سر هم باشد، یعنی دوست خود را صادقانه رعایت کند و با او یک‌رو باشد.
- ۷- همه‌ی افراد برای دوستی و رفاقت ندارند.

♦ در مقابل عبارت صمیم (ص) و در مقابل عبارت غلط (غ) قرار دهید.

- ۱- ما در مشکلات به کمک دوستان خود نیازمندیم.
- ۲- صحبت با هر آدمی به آگاهی‌های ما می‌افزاید.
- ۳- میل به ایجاد ارتباط را خداوند در سرشت انسان قرار داده است.
- ۴- ما و دوستان تأثیرات متقابل روی یک‌دیگر داریم.
- ۵- باید با افراد دروغگو، بخیل و سخن‌چین دوستی کنیم.

♦ با واژه‌های داده شده جدول زیر را کامل کن.

صادق، بخیل، یک‌رو، خیرخواه، نادان، سخن‌چین، با ادب، بداخلاق

ویژگی‌های دوست خوب	ویژگی‌های دوست بد

♦ به سؤالات زیر پاسخ کوتاه دهید.

- ۱- انسان باید نسبت به هم‌نشینی با دوستش چه احساسی داشته باشد؟
- ۲- صحبت با دوستانی که دارای چه ویژگی‌هایی باشند، به ما احساس آرامش و سبکی می‌دهد؟
- ۳- یکی از مهم‌ترین نیازهای انسان چیست؟
- ۴- دوست خوب و خیرخواه ما را از چه چیزهایی بازمی‌دارد؟
- ۵- پیشوایان دینی به ما توصیه می‌کنند با چه افرادی دوستی کنیم؟



◆ گزینه‌ی درست را با علامت (x) مشخص کنید.

۱- یکی از مهم‌ترین فواید دوستی چیست؟

- (۱) هم‌نشینی
- (۲) احساس سبکی
- (۳) لذت بردن
- (۴) افزودن اطلاعات

۲- یکی از ویژگی‌های افراد بد از نظر پیامبر (ص) چیست؟

- (۱) دروغگویی
- (۲) جدایی انداختن بین مردم
- (۳) کسل کننده
- (۴) حسود

۳- حضرت علی (ع) به فرزندشان امام حسن (ع) می‌فرمایند با چه کسانی دوستی کن؟ چرا؟

- (۱) با افراد ثروتمند - موجب پیشرفت تو می‌شوند.
- (۲) با افراد صادق - چون به تو دروغ نمی‌گویند.
- (۳) با نیکان - چون از آنان باشی
- (۴) با افراد عادل - در مورد تو خوب قضاوت می‌کنند.

۴- دوستی با افراد نامناسب موجب چه چیزی می‌شود؟

- (۱) ناراحتی و سرشکستگی
- (۲) بدنام شدن
- (۳) همدلی با دیگران
- (۴) بیماری روانی

۵- کدام مورد از ویژگی‌های دوست خوب نیست؟

- (۱) یک‌رو
- (۲) ریاکار
- (۳) صادق
- (۴) با ایمان

◆ به سؤالات زیر پاسخ کامل بدهید.

۱- ۴ مورد از اهمیت‌های دوستی را بگویید.

۲- چرا انتخاب دوست یک موضوع مهم است؟

۳- چرا ما به دوستان نیازمندیم؟

۴- ویژگی های یک دوست خوب را بگویید.

۵- بدترین افراد از نظر پیامبر (ص) چه کسانی هستند؟

۶- ۳ مورد از سخنان امام علی (ع) در مورد دوستی را بیان کنید.



نامه‌ای به دوست خود بنویسید و در آن ویژگی های خوب اخلاقی او را فهرست کنید و بگویید چرا با او دوستی می‌کنید. مصاحبه‌ای با پدر و مادر انجام دهید و بگویید آن‌ها چگونه می‌توانند در انتخاب دوست به شما یاری برسانند.

درس ۲ آداب دوستی

می‌خواهیم در این درس پیام‌نویس چه رفتارهایی باعث تحکیم روابط دوستی می‌شود، حد و مرز دوستی تا کجاست و در چه مواقعی باید به دوستان «نه» بگوییم.



■ درس‌نامه:

بعد از انتخاب دوست، حفظ و نگهداری از روابط دوستی موضوعی مهم است. حفظ دوستی یعنی این که ما با دوستانمان چه رفتارهایی داشته باشیم تا دوستی ادامه پیدا کند و چه کنیم تا دوستی‌ها به هم نخورد و محکم‌تر شود. توصیه‌هایی برای حفظ روابط دوستی:



- ۱- به دوست وفادار باشیم و در غیاب دوستانمان هم از او دفاع کنیم.
- ۲- کاری نکنیم که دوستانمان ما به خاطر خواسته‌های ما به دردسر و زحمت بیفتند.
- ۳- اگر خطایی از دوستانمان دیدیم، عیب‌جویی نکنیم، بلکه با رفتار محبت‌آمیز و در خلوت به او تذکر دهیم.
- ۴- اگر دوستانمان کار اشتباهی انجام داده و عذر می‌خواهد، او را ببخشیم.
- ۵- با یکدیگر با احترام برخورد کنیم و بیش از حد شوخی نکنیم.
- ۶- در مسائل و مشکلات با هم احساس همدردی و خیرخواهی داشته باشیم و به هم کمک کنیم.

■ حد و مرز دوستی:

هر چیزی حد و مرزی دارد. اگر مرزها شکسته شود، مشکلاتی به وجود می‌آید. اگر ما خیلی به دوستانمان وابسته شویم، طوری که اگر یک روز او را نبینیم ناراحت شویم، این وابستگی شدید آرامش روحی ما را بر هم می‌زند. باید از دوستی‌های افراطی پرهیز کنیم.

■ مهارت نه گفتن:

اگر در روابط دوستی در موقعیت‌هایی قرار گرفتیم که از ما خواسته‌ی نابجایی کردند باید بتوانیم به دوستانمان نه بگوییم.



■ دلایل قبول خواسته‌های نابجای دوستان:

- ۱- ترسیدن از ناراحتی دوستان
 - ۲- احساس خجالت از بیان نظرات درست خودمان
 - ۳- ترس از مسخره شدن و تحقیر شدن
- پذیرفتن خواسته‌ی دوستان اگر برخلاف عقایدمان باشد، می‌تواند برای ما و خانواده‌ی ما دردسرساز شود. انسان نمی‌تواند همه را راضی نگه دارد.



توصیه‌هایی برای بالا بردن مهارت نه گفتن:

- ۱- وقتی کسی از شما چیزی یا کاری را می‌خواهد که به نظر شما نادرست است، باید قاطعانه و محکم «نه» بگویید.
- ۲- از «نه» گفتن خجالت نکشید، اما سعی کنید محترمانه «نه» بگویید.
- ۳- اگر لازم دانستید دلیل «نه» گفتن خودتان را هم بگویید.

پرسش‌ها

◆ در جاهای خالی واژه‌ی مناسب قرار دهید.

- ۱- حفظ و نگهداری دوستی یک موضوع است.
- ۲- باید به دوست باشیم و در غیاب دوستانمان هم از او کنیم.
- ۳- باید از دوستی‌های پرهیز کرد.
- ۴- وابستگی شدید در دوستی ما را بر هم می‌زند.
- ۵- باید سعی کنیم نه بگوییم.

◆ در مقابل عبارات صمیم (ص) و در مقابل عبارات غلط (غ) قرار دهید.



- ۱- حفظ روابط دوستی به رفتارهای ما بستگی دارد.
- ۲- نباید عذرخواهی دوستان را پذیرفت.
- ۳- باید در شوخی با دوستان حدّ و مرز را رعایت کرد.
- ۴- نباید در خلوت به دوستان تذکر داد.
- ۵- وقتی خواسته‌ای برخلاف عقاید ما بود، باید قاطعانه و محکم «نه» بگوییم.

◆ به سؤالات زیر پاسخ کوتاه دهید.

- ۱- اگر ما خیلی به دوستانمان وابسته شویم چه اتفاقی می‌افتد؟
- ۲- در مسائل و مشکلاتی که برای دوستان پیش می‌آید، باید چگونه رفتار کنیم؟
- ۳- وقتی کسی از ما خواسته‌ی نابجایی داشته باشد باید چه کنیم؟
- ۴- وقتی دوستان اشتباهی می‌کند و عذر می‌خواهد ما باید چه کنیم؟
- ۵- حفظ دوستی به چه چیزی بستگی دارد؟

◆ گزینه‌ی درست را با علامت (x) مشخص کنید.

۱- ضرب‌المثل «پیدا کردن دوست آسان است اما نگهداری آن مشکل!» بیانگر اهمیت کدام مورد است؟

(۱) انتخاب دوست (۲) حفظ دوستی

(۳) کمک به دوست (۴) وابستگی به دوستی

۲- در صورت مشاهده‌ی اشتباهی از دوستان کدام یک از کارهای زیر را نباید انجام داد؟

(۱) عیب‌جویی (۲) تذکر در خلوت

(۳) بخشش (۴) محبت

۳- اگر حدّ و مرزهای دوستی رعایت نشود چه مشکلی پیش نمی‌آید؟

(۱) برهم خوردن آرامش روحی (۲) وابستگی شدید

(۳) ناراحتی (۴) از بین رفتن احترام

۴- شوخی بیش از حد با دوست باعث چه چیزی می‌شود؟

(۱) وابستگی شدید (۲) از بین رفتن احترام

(۳) خجالت‌زدگی (۴) دردرس

۵- اگر از ما خواسته‌ی نابجایی داشتند، کدام عمل را نباید انجام دهیم؟

(۱) به حرف آن‌ها گوش دهیم. (۲) قاطعانه «نه» بگوییم.

(۳) خجالت نکشیم. (۴) محترمانه «نه» بگوییم.

◆ به سؤالات زیر پاسخ کامل بدهید.

۱- دلایل قبول خواسته‌های نابجای دوستان چیست؟

۲- ۴ توصیه برای حفظ روابط دوستی را بیان کنید.

۳- رعایت نکردن حدّ و مرز دوستی باعث چه مشکلاتی می‌شود؟

۴- کارهایی را که برای بالا بردن مهارت «نه» گفتن است بیان کنید.

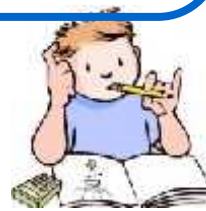
۵- حفظ دوستی یعنی چه؟



* چند ضرب‌المثل فارسی در زمینه‌ی دوست‌یابی و حفظ دوستی پیدا کنید و بنویسید.

* دو موقعیتی که تا به حال برای شما پیش آمده و در آن قاطعانه «نه» گفته‌اید، بنویسید.

* چند توصیه‌ی دیگر به‌جز توصیه‌هایی که در کتاب آمده، در مورد حفظ دوستی بیان کنید.



◆ آزمون فصل اول

◆ جاهای خالی را با عبارات مناسب پر کنید.

(۱) دوست خوب خوش اخلاق و است.

(۲) انسان موجودی است.

◆ در مقابل عبارات صمیم (ص) و در مقابل عبارات غلط (غ) قرار دهید.

(۱) دوستی یکی از مهم‌ترین نیازهای انسان است.

(۲) یکی از موانع «نه» گفتن ترس از مسخره شدن است.

(۳) باید روابط دوستی را بی‌حدّ و مرز گذاشت.





◆ گزینه‌ی درست را با علامت (x) مشخص کنید.

- ۱- کدام مورد از اهمیت‌های دوستی نیست؟
 (۱) هم‌فکری (۲) کمک به دوست (۳) افزایش آگاهی (۴) نفع اقتصادی
- ۲- در سخنان امام علی (ع) در مورد دوستی کدام یک از موارد زیر ویژگی دوست خوب است؟
 (۱) صداقت (۲) عاقل بودن (۳) ثروتمند بودن (۴) با ادب بودن
- ۳- کدام یک از رفتارهای زیر به روابط دوستی آسیب می‌رساند؟
 (۱) حسادت (۲) یک رنگی (۳) خیرخواهی (۴) دفاع از حقوق

◆ به سؤالات زیر پاسخ کامل بدهید.

۱- ۴ توصیه برای حفظ روابط دوستی بگویید.

۲- ویژگی‌های دوست خوب چیست؟

۳- ۴ مورد از اهمیت‌های دوستی را نام ببرید.

۴- چرا دوستی یک نیاز است؟

فرد ارزیابی



با توجه به آنچه در این درس آموختید، به خود امتیاز دهید.

خیلی خوب = ۴ خوب = ۳ قابل قبول = ۲ نیاز به تلاش بیشتر = ۱

✓ یاد گرفتم که دوست خوب چه ویژگی‌های دارد.

✓ می‌دانم چگونه با دوستانم رفتار کنم تا روابط ما حفظ شود.

✓ می‌توانم در مقابل خواسته‌های نابجا قاطعانه «نه» بگویم.



یک گام فراتر از کتاب

◆ در جاهای خالی واژه‌ی مناسب قرار دهید.

- ۱- طبق گفته‌ی امام علی (ع)، دوستانی که ما را از کارهای زشت بازمی‌دارند، سبب می‌شوند.
- ۲- با دوستان بیش از حد شوخی کردن سبب می‌شود از میان برود.
- ۳- در غیاب دوست، وظیفه‌ی ما از اوست.

◆ جلوه‌ی عبارات صمیم (ص) و جلوه‌ی عبارات غلط (غ) بگذارید.

- ۱- تأثیر متقابل رفتار و اخلاق دوستان بر یکدیگر، اهمیت انتخاب دوست را بیان می‌کند.
- ۲- حضرت علی (ع) می‌گویند که سخن چینان بدترین افراد هستند.
- ۳- ما مجبوریم دلایل نه گفتن خود را به دیگران توضیح دهیم.

◆ گزینه‌ی درست را با علامت (✓) مشخص کنید.

- ۱- این بیت از کیست و به کدام مورد اشاره دارد؟

من آن گه بگویم که تو کیستی»

«تو اول بگو با کیان زیستی

(۲) مولانا- آداب دوستی

(۱) مولانا- انتخاب دوست

(۴) سعدی- آداب دوستی

(۳) سعدی- انتخاب دوست

- ۲- کدام مورد برای نه گفتن در مقابل خواسته‌های نابجا درست نیست؟

(۲) با دلیل باشد.

(۱) قاطعانه باشد.

(۴) در مقابل هر خواسته‌ای باشد.

(۳) محترمانه باشد.

- ۳- این سخن فرموده‌ی کدام بزرگوار است؟ «هر کس ادب ندارد، عقل هم ندارد.»

(۲) امام علی (ع)

(۱) پیامبر اکرم (ص)

(۴) امام رضا (ع)

(۳) امام حسن (ع)

◆ به سؤالات زیر پاسخ کامل بدهید.

- ۱) طبق گفته‌های امام علی (ع) دوست باید چه ویژگی‌هایی داشته باشد؟

۲) یک موقعیت که در آن باید به دوستان نه بگوئید، مثال بزنید و دلایل نه گفتن را بیان کنید.