

دروس الوحدة الثانية من كتاب الثقافة الإسلامية، وهي تشمل 8 دروس كما يلي:

1. الشخصية الإسلامية

2. الإسلام والتخطيط

3. الإسلام والشباب

4. ثقافة الفرح

5. إدارة الذات في الإسلام

6. التربية الذوقية في الإسلام

7. موقف الإسلام من التعصب

8. علاقة الإنسان بنفسه



موقع المناهج الدراسية الإلكتروني
موقع المناهج الدراسية الإلكتروني



الدرس الخامس: إدارة الذات في الإسلام

السؤال 1:

ما المقصود بإدارة الذات؟

أ. السيطرة على الآخرين

ب. إهمال النفس

ج. توجيه الإنسان لذاته نحو أهدافه بإرادة ووعي

د. التقليد الأعمى

الإجابة: ج

السؤال 2:

إدارة الذات في الإسلام تقوم على:

أ. الغرور بالنفس

ب. التحكم بالمشاعر فقط

ج. الإيمان بالله وتحقيق التوازن

د. تجنب الآخرين

الإجابة: ج

السؤال 3:

أول خطوة في إدارة الذات:

أ. محاسبة الآخرين

ب. معرفة النفس وتحديد الأهداف

موقع المناهج الدراسية الإلكتروني
موقع المناهج الدراسية الإلكتروني



ج. الغرور

د. تقليد الناس

الإجابة: ب

السؤال: 4

قال تعالى: ﴿قد أفلح من زكاهها﴾، يُشير إلى:

أ. تربية النفس وتنميتها

ب. تزكية المال

ج. كثرة النوم

د. التفاخر

الإجابة: أ

السؤال: 5

من أدوات إدارة الذات:

أ. التأجيل

ب. التردد

ج. التنظيم والتخطيط

د. الإهمال

الإجابة: ج

السؤال: 6

كيف يكون ضبط النفس في الإسلام؟

موقع المناهج الدراسية الإلكتروني
موقع المناهج الدراسية الإلكتروني



أ. بمنع النفس من المباحات

ب. يكبت المشاعر

ج. بضبطها عند الغضب والشهوة

د. بترك الطاعات

الإجابة : ج

السؤال : 7

التوازن في إدارة الذات يعني:

أ. الانعزال

ب. إرضاء الناس

ج. تحقيق التوازن بين الروح والجسد والعقل

د. الإهمال

الإجابة : ج

السؤال : 8

من أسس إدارة الذات في الإسلام:

أ. الجهل بالنفس

ب. الاستسلام للعادات

ج. الصبر والمجاهدة

د. التأثير السلبي

الإجابة : ج

موقع المناهج الدراسية الإلكتروني
موقع المناهج الدراسية الإلكتروني



السؤال: 9

قال النبي ﷺ: "المجاهد من جاهد نفسه"... يدل على:

أ. أهمية الجهاد الخارجي فقط

ب. جهاد النفس جزء من إدارة الذات

ج. أن النفس لا تحتاج جهداً

د. أن النفس طاهرة دائماً

الإجابة: ب

السؤال: 10

من مهارات إدارة الذات:

أ. تجاهل الوقت

ب. إهدار الطاقات

ج. تحديد الأولويات

د. التسويف

الإجابة: ج

السؤال: 11

ما علاقة إدارة الوقت بإدارة الذات؟

أ. لا علاقة

ب. جزء منها

موقع المناهج الدراسية الإلكتروني
موقع المناهج الدراسية الإلكتروني

ج. عائق لها

د. ضدها

الإجابة: ب

السؤال: 12

المسلم يُحاسب نفسه:

أ. كل سنة

ب. أحياناً

ج. بانتظام لتصحیح السلوك

د. بعد الموت

الإجابة: ج

السؤال: 13

من علامات ضعف إدارة الذات:

أ. المبادرة

ب. التأجيل المتكرر

ج. تحديد الأهداف

د. الانضباط

الإجابة: ب

السؤال: 14

الإدارة الذاتية تقود إلى:

موقع المناهج الدراسية الإلكتروني
موقع المناهج الدراسية الإلكتروني



أ. التوتر

ب. الاضطراب

ج. النجاح والتوازن

د. الكتابة

الإجابة : ج

السؤال :15

القدوة في إدارة الذات هو:

أ. الفلاسفة

ب. النبي محمد ﷺ

ج. الزعماء السياسيون

د. الممثلون

الإجابة :ب

السؤال :16

النية الصالحة في العمل من:

أ. إدارة الآخرين

ب. ركائز إدارة الذات في الإسلام

ج. مظاهر العبث

د. الأمور الثانوية

الإجابة :ب

موقع المناهج الدراسية الإلكتروني
موقع المناهج الدراسية الإلكتروني



السؤال: 17

إدارة الغضب تدخل ضمن:

أ. العلاقات الاجتماعية

ب. إدارة الذات

ج. إدارة المال

د. الفقه

الإجابة: ب

السؤال: 18

مراقبة النفس تعني:

أ. تجنب الناس

ب. الخوف من الفشل

ج. مراقبة الله ومحاسبة الذات

د. الانفصال عن الواقع

الإجابة: ج

السؤال: 19

قال الحسن البصري: "رحم الله عبداً وقف عند همه"... يدل على:

أ. التحسر

ب. فوضى الذات

ج. التفكير الواعي والرقابة

موقع المناهج الدراسية الإلكتروني
موقع المناهج الدراسية الإلكتروني



د. تجاهل الذات

الإجابة : ج

السؤال : 20

من وسائل تزكية النفس:

أ. ترك العمل

ب. كثرة الكلام

ج. الطاعات والذكر

د. اللهو المستمر

الإجابة : ج

السؤال : 21

العزيمة تعني:

أ. التردد

ب. التصميم على الوصول للهدف

ج. التسويف

د. الحزن

الإجابة : ب

السؤال : 22

الصبر من أدوات:

موقع المناهج الدراسية الإلكتروني
موقع المناهج الدراسية الإلكتروني



أ. إضعاف الذات

ب. إدارة النفس في الأزمات

ج. الكسل

د. الفشل

الإجابة: ب

السؤال: 23

المسلم يطور ذاته من خلال:

أ. التواكل

ب. الاستهزاء

ج. التعلم والتأمل والعمل

د. النوم الطويل

الإجابة: ج

السؤال: 24

التوازن العاطفي يعني:

أ. كبت المشاعر

ب. انفجار الغضب

ج. السيطرة على المشاعر وفق الشرع

د. منع المشاعر

الإجابة: ج

موقع المناهج الدراسية الإلكتروني
موقع المناهج الدراسية الإلكتروني



السؤال: 25

ما الأثر المباشر لإدارة الذات؟

أ. الضياع

ب. الفوضى

ج. تحسين جودة الحياة

د. الكسل

الإجابة: ج

السؤال: 26

التخطيط الشخصي هو:

أ. عشوائية في القرارات

ب. جزء من إدارة الذات

ج. ضد الإدارة

د. لا فائدة منه

الإجابة: ب

السؤال: 27

من سمات المسلم المتقن لإدارة ذاته:

أ. التسويق

ب. المماثلة

ج. الانضباط والعمل

موقع المناهج الدراسية الإلكتروني
موقع المناهج الدراسية الإلكتروني



د. الشكوى

الإجابة : ج

السؤال : 28

الاستعانة بالله والاعتماد عليه تعني :

أ. ترك التخطيط

ب. التواكل

ج. التوكل الصحيح وإدارة الذات

د. الانسحاب

الإجابة : ج

السؤال : 29

من مؤشرات ضعف إدارة الذات :

أ. تأجيل المهام بلا سبب

ب. الاستيقاظ مبكرًا

ج. التعلّم الذاتي

د. تحمل المسؤولية

الإجابة : أ

السؤال : 30

إدارة الذات في الإسلام تهدف إلى :

أ. حب النفس

موقع المناهج الدراسية الإلكتروني
موقع المناهج الدراسية الإلكتروني

ب. تحقيق التوازن والإصلاح

ج. الهروب من المجتمع

د. التفاخر

الإجابة: ب

السؤال: 31

أعظم من أدرك ذاته ووجهها هو:

أ. الفلاسفة

ب. النبي ﷺ

ج. العلماء الغربيون

د. القادة العسكريون

الإجابة: ب

السؤال: 32

الجد والاجتهاد من:

أ. نتائج ضعف الذات

ب. صفات الإدارة الذاتية الناجحة

ج. ضعف الشخصية

د. عبث الفكر

الإجابة: ب

موقع المناهج الدراسية الإلكتروني
موقع المناهج الدراسية الإلكتروني

السؤال: 33

القرآن الكريم يوجّه النفس إلى:

أ. الراحة المطلقة

ب. العمل والكفاح والتوازن

ج. الكسل

د. التسلية

الإجابة: ب

السؤال: 34

قال تعالى: ﴿وَلَا أَقْسَمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ﴾، تشير إلى:

أ. النفس المستسلمة

ب. النفس الغافلة

ج. النفس التي تراجع وتصحح

د. النفس المعذّبة

الإجابة: ج

السؤال: 35

من وسائل تنظيم الوقت:

أ. كتابة الجدول الزمني

ب. ترك الأمور للعشوائية

ج. كثرة النوم

موقع المناهج الدراسية الإلكتروني
موقع المناهج الدراسية الإلكتروني



د. التسلية

الإجابة: أ

السؤال: 36

الفرق بين الإنسان الناجح والفاشل غالبًا في:

أ. المال

ب. الحظ

ج. إدارة الذات

د. الدعم الاجتماعي

الإجابة: ج

السؤال: 37

التوازن بين الطموح والواقع يُظهر:

أ. الفشل

ب. الكسل

ج. النضج

د. الغرور

الإجابة: ج

السؤال: 38

العادات الجيدة تساعد على:

أ. تشتيت الذات

موقع المناهج الدراسية الإلكتروني
موقع المناهج الدراسية الإلكتروني



ب. تنمية الشخصية وضبط النفس

ج. التراجع

د. الغفلة

الإجابة: ب

السؤال: 39

من أسس النجاح في إدارة الذات:

أ. التردد

ب. الرغبة والنية والعمل

ج. التقليد الأعمى

د. الضجر

الإجابة: ب

السؤال: 40

إدارة الذات تُعد جزءًا من:

أ. إدارة المؤسسات فقط

ب. الدين والسلوك في حياة المسلم

ج. علم النفس فقط

د. الدورات التدريبية فقط

الإجابة: ب



موقع المناهج الدراسية الإلكتروني
موقع المناهج الدراسية الإلكتروني

