

Subject AD0068

4. مهارة ضبط الانحالات ومواجهة القدر
تعليم كيفية ادارة الانقطاعات والتعامل مع الضغوط
لتحسين الأداء تحت الضغط

5. مهارة التواصل مع الآخرين
ظهور مهارات التواصل الفعال وتعليم كيفية التحسين
من الأفكار بوضوح

6. كنه متفادلاً واقتر السحابة من قلال الاعور البسيفة في
الحياة

تذكر انه تقوية فكرة هذه المهارات يتطلب الصبر والممارسة
المستمرة .

الاستمرارية التعلم والتجربة ، واستمع نفسك وتعلم من
تجربة ام افك السلبية والمهنية

تتميز المهارات الحياتية بعدة مزايا أساسية من أهمها
التميز والمهنية، وهي تساعد الفرد على التكيف
مع التغيرات والتحديات المتغيرة، حيث يمكنه
لحجم التغيرات لتطوير نفسه ومهارات حياتية بديلة.

1. مهارة اتخاذ القرارات وعمل المكتبات
تتطلب كيفية التصرف في المواقف والموارد للوصول إلى
قرارات حياتية.
تتميز التأمل بالمشورة الخارجية عند مواجهة القرارات
الحياتية.

2. مهارة الوعي الذاتي
تتميز القدرة على التفكير النقدي والاداعي
التي تلعب دوراً هاماً في الحياة، والاداء وتطوير
القدرة على التنبؤ بالمستقبل.
استفاد التفكير الاداعي لايجاد حلول مبتكرة للتحديات.

3. مهارة الوعي الذاتي
تتميز القدرة على فهم وتحليل الانفعالات النفسية
والتخاطف مع الآخرين.

Subject

المادة

ذلك فخر الممارسات الحياتية بأنها جوهرية من الممارسات
التي تميزت ولا استثنائية، التي تنبع الانتماء على اتحاد قرابات
عائلية، حل المشكلات، التفكير النقدي الاجتماعي، التواصل بفعالية
بناء علاقات صحية، التعامل مع الآخرين، التعامل مع الحياة وإدراكها
بطريقة صحية، حيث يتم تولية الممارسات الحياتية لتقوية الحياة
السوية أو حياة الآخرين بل وتطوير البيئة المحيطة لحلها قضية
التي يح.

هيات التدريب من انواع المهارات الحياتية حيث لا نعتبر اننا مهارة
فنية في صياغة مهارة حياتية ، الطهي وقراءة الساعة واستثمار
الوقت والاسعافات الأولية هي كلها مهارات حياتية فنية
لحظ الناس في كل عام ، يتم اعادة اتم مصطلح المهارات الحياتية
عادة عند التفكير في المهارات المطلوبة للتعامل مع كل حين وظرف
مع تغيرات الحياة .

فان اذ كان في الحيات والحيات

فهو الجدير بالذكر انه اصحاب العمل لا يهتمون بموظفيهم الكفاء
من الناحية التقنية والمهنية ومما يجب ان يلاحظه كذلك على توافر
الحديث عن المهارات الشخصية في الموظفين والتي لا يترتب عنها
مهارات الحياتية ، لذلك ، يمكن ان يساعد استكمال المهارات
حياتية في مكان العمل على اداء مسؤولياتهم بشكل اذ
تطبيق المعرفة التقنية بشكل اكثر فعالية
نفس القدرات التي تساعد على عيش حياة منتجة و
كما انه تؤدي الى نتائج هائلة في مكان العمل .