

تشيـرايـل بجاي

دليل تنمية

مهارات الذكاء العاطفي ومهارات الحياة

أدوات وأساليب لمساعدة الطلاب على النجاح في الحياة العملية





المحتويات

٩	مقدمة المترجم
١٣	- المقدمة
١٥	• كيف يعمل الدليل
١٦	• استخدام الضيوف
٢١	• كفايات الذكاء العاطفي وإقامة المشروعات
٢٩	- القسم الأول: الذكاء الشخصي
٢٩	• الجلسة الأولى
٣٢	- الموضوع الأول: لماذا أنت هكذا؟
٣٥	- الموضوع الثاني: دماغك المذهل
٣٨	- الموضوع الثالث: قوة التفكير
٤٢	• الجلسة الثانية
٤٤	- الموضوع الرابع: طرد المخاوف
٤٧	- الموضوع الخامس: استكشاف تميزك
٥٠	- الموضوع السادس: قوة التفكير الإيجابي
٥٣	- الموضوع السابع: كيفية تحسين احترام الذات
٥٥	- القسم الثاني: الذكاء الاجتماعي
٥٥	• الجلسة الثالثة
٥٧	- الموضوع الثامن: إدراك كيفية إجراء الاتصال
٦٢	- الموضوع التاسع: الإنصات الفعّال
٦٥	• الجلسة الرابعة
٦٧	- الموضوع العاشر: إلقاء المحادثات
٦٩	- الموضوع الحادي عشر: التحدث بشجاعة
٧٣	- الموضوع الثاني عشر: الإصرار



- ٧٧ الجلسة الخامسة. •
- ٧٩ الموضوع الثالث عشر: التعامل مع الشخص المتحدى. -
- ٨٢ الموضوع الرابع عشر: العمل مع الآخرين. -
- ٨٤ الموضوع الخامس عشر: الفريق المنتصر. -
- ٨٥ القسم الثالث: الذكاء الوظيفي. -
- ٨٥ الجلسة السادسة. •
- ٨٧ الموضوع السادس عشر: تعبئة قدراتك وتحسينها. -
- ٨٩ الموضوع السابع عشر: الحصول على الوظيفة التي ترغبها. -
- ٩٣ الموضوع الثامن عشر: الطرق الفعالة للحصول على وظيفة. -
- ٩٥ الموضوع التاسع عشر: تحسين قدرتك على النجاح في اصطیاد الوظائف. -
- ٩٦ الجلسة السابعة. •
- ١٠٠ الموضوع العشرون: قبل المقابلة. -
- ١٠٠ الموضوع الحادي والعشرون: خلال المقابلة. -
- ١٠٣ الموضوع الثاني والعشرون: الأسئلة الأكثر شيوعاً في المقابلات. -
- ١٠٥ القسم الرابع: الذكاء المستقبلي. -
- ١٠٥ الجلسة الثامنة. •
- ١٠٧ الموضوع الثالث والعشرون: الدافعية والقابلية للتكيف. -
- ١٠٩ الموضوع الرابع والعشرون: طرد الضغوط. -
- ١١٣ الموضوع الخامس والعشرون: التحمس. -
- ١١٥ الجلسة التاسعة. •
- ١١٧ الموضوع السادس والعشرون: التعامل مع المشكلات. -
- ١١٩ الموضوع السابع والعشرون: تحقيق آمالك وأحلامك وأهدافك. -
- ١٢٢ الموضوع الثامن والعشرون: التحليل الإبداعي. -
- ١٢٤ الموضوع التاسع والعشرون: كيف تكون رابحاً. -
- ١٢٤ اختتام البرنامج. -
- ١٢٥ الأنشطة الملحقه. -



- ١٢٧ كسارة الجليد وأنشطة الفريق -
- ١٣٣ أهم الأفكار الأملية -
- ١٤٤ الذكاء العاطفي وأنشطة المشروعات والتحديات -
- ١٤٤ تحدي الإذاعة -
- ١٤٥ قاعة تغيير الذكاء العاطفي -
- ١٤٦ تحفيز الفضاءات المفتوحة -
- ١٤٦ تصميم صفحة إلكترونية للطلاب الجدد -
- ١٤٧ غير العالم على عتبة بابك - تحدي بيبي -
- ١٤٧ تحدي زيادة تمويل أي مؤسسة خيرية تختارها -
- ١٤٨ الكلمات ذات المغزى -
- ١٤٨ رسالة إلى العم المقرب / العممة المقربة -
- ١٤٩ المجلة -
- ١٥٠ احصل على متجر - ماذا ستفعل به؟ -
- ١٥٠ أسرار النجاح -
- ١٥١ حملة تسويق لمنتج جديد -
- ١٥٢ الصندوق الزمني -
- ١٥٢ لعبة الأبجدية -
- ١٥٣ تحدي العثور على الكنز -
- ١٥٤ تحدي تصميم الهيئة الجديدة -
- ١٥٤ تحدي الهدم وإعادة البناء -
- ١٥٥ مجسمات الأحلام -
- ١٥٥ مصفوفة التقويم الذاتي -