

برنامج الاستعداد المهني مستقبلي: أنشطة لإدارة التغيير في الحياة والمهن

الكفاءات الرئيسية / الأهداف:

يركز البرنامج على بناء الوعي العاطفي بالذات والعلاقات مع الآخرين بهدف وضع أهداف مرنة تراعي التغيرات والظروف السلبية أحياناً. ستشجع الأنشطة المخصصة للصف العاشر الطلاب على تحديد وصياغة الأهداف القصيرة والطويلة الأجل، مع مراعاة آفاق حياتهم ومهنهم، وتعزيز قدرتهم على تحمل المسؤولية عن أفعالهم لتحقيق أهدافهم بشكل أفضل.

1- لعبة إعادة التأطير

الهدف: تعزيز الوعي العاطفي والتعاطف مع الآخرين، ومساعدة الطلاب على رؤية التحديات كفرص للنمو.

طريقة التنفيذ:

- عرض مجموعة من السيناريوهات المتعلقة بالتغيير والتحديات (مثل الانتقال إلى مدينة جديدة أو مواجهة تحديات دراسية).
- يُطلب من الطلاب كتابة استجاباتهم العاطفية الأولية لكل سيناريو.
- مناقشة كيف يمكن أن تكون هذه التحديات عوامل مهددة للأهداف القصيرة أو الطويلة الأجل.
- يُطلب من الطلاب التفكير في كيفية تحويل هذه التحديات إلى فرص.

المخرجات المستهدفة:

- تطوير مهارات التفكير النقدي والمرونة.
- تشجيع الطلاب على رؤية التحديات كفرص للنمو الشخصي والمهني.