

- المهارات المركزية: مثل الاتصال، الصداقة، حل المشكلات واتخاذ القرارات.
- المهارات الحياتية: تعريف الطالب بماهية المهارات الحياتية والأسس النظرية لها وعلاقتها بالنظرية البنائية.
- عوامل المهارات الحياتية: التركيز على محتوى وطرق تعلم المهارات الحياتية والعوامل المؤثرة على تنمية المهارات الحياتية.
- أمثلة على مهارات حياتية: مهارات الإدارة الذاتية والتكيف.
- اتخاذ القرار والتفكير الناقد: تعريف الطلبة بمهارات وأنشطة اتخاذ القرار والتفكير الناقد، مهارات وأنشطة التواصل والتعامل مع الآخرين، ومهارات إدارة الذات وتنظيم الوقت والتفكير التأملي واتخاذ القرارات بضاعلية.

#### مخرجات المساق:

1. توضيح ماهية المهارات الحياتية والأسس النظرية لها.
2. تحديد طرق تعلم المهارات الحياتية والعوامل المؤثرة فيها.
3. توضيح العلاقة بين التفكير الناقد والتفكير التأملي وعلاقتها باتخاذ القرارات بضاعلية.
4. ممارسة أنشطة مهارات التواصل والتعامل مع الآخرين ومهارات الإدارة الذاتية
5. اكتساب الطرق السليمة والصحيحة في التكيف وحل المشكلات.