

التفكير الإيجابي

أهداف البرنامج التدريبي: يهدف هذا البرنامج التدريبي إلى تزويد المتدربين بالمعلومات اللازمة حول مفهوم التفكير والتفكير الإيجابي وإكسابهم المهارات اللازمة لتطوير قدراتهم في التعامل بإيجابية مع أنفسهم والمحيط الذي يعيشون به من أجل تحسين ظروف حياتهم ومستقبلهم والمساهمة في تطوير مجتمعاتهم.

أهداف الدورة التفصيلية

- التعرف على مفهوم التفكير وأنواعه
- التعرف على مفهوم التفكير الإيجابي
- التعرف على أسس التفكير الإيجابي وتطبيقاته على النفس وعلى المجتمع
- ممارسة مهارات التفكير الإيجابي

الوحدات المعرفية والمهارية للبرنامج التدريبي

- قدرات الدماغ البشري
- مفهوم التفكير وأنواعه
- مفهوم التفكير بإيجابية
- كيف نفكر بإيجابية (بناء الهوية الإيجابية للذات، توقع الأمور المستقبلية الإيجابية، التفاؤل والأمل الحاسم، التطوير الإيجابي المتواصل)
- أسلوب القبعات الست
- التخطيط للمستقبل (وضع الأهداف الذاتية بعيدة وقريبة المدى، تحويل الأهداف إلى آليات ملموسة، تحليل نقاط القوة والضعف (SWOT))
- إعلاء القيم الإنسانية والأخلاقية في التعامل مع المجتمع ومع البيئة المحيطة
- تطوير مبادرات شبابية إبداعية من أجل المجتمع