

Joint development, piloting and validation of entrepreneurial mindset and key skills curricula and training materials for third countries



عقلية ريادة الأعمال والمهارات الأساسية للجميع

منهج إطار الكفاءات الأساسية:

5. كفاءة المهارات الشخصية والاجتماعية وتعلم كيفية التعلم

رقم وعنوان المهمة 2.3: التطوير المشترك للمناهج والمواد التدريسية لإطار الكفاءات الأساسية

الشريك المسؤول عن هذا النشاط: ديميترا للتعليم والاستشارات

التفاصيل الرئيسية للمشروع

إيراسموس+	البرنامج:
منح المبالغ المقطوعة	الإجراء الرئيسي:
التطوير المشترك واختبار واعتماد المناهج والمواد التدريبية لعقلية ريادة الأعمال والمهارات الأساسية لدول العالم الثالث	عنوان المشروع:
عقلية ريادة الأعمال والمهارات الأساسية للجميع	اختصار المشروع:
101092477	رقم اتفاقية المشروع:
2023/01/01	تاريخ البدء:
2025/12/31	تاريخ الانتهاء:

المسئول عن التنسيق

MMC

مركز إدارة البحر
الأبيض المتوسط

شركاء المشروع



جدول المحتويات

4	المنهج التدريبي للكفاءة رقم 5: المهارات الشخصية والاجتماعية وتعلم كيفية التعلم
4	الهدف من ورشة العمل
4	مخرجات التعلم
5	منهجية التدريب
5	المتطلبات المسبقة
5	التعلم المتزامن عبر الإنترنت
5	مدة ورشة العمل
6	تقنيات التدريب
6	المعدات والمواد اللازمة
6	تفاصيل برنامج ورشة العمل
18	قائمة الأدوات المنهجية
18	التعلم الذاتي التوجيه
18	المصادر



منهج التدريب من أجل الكفاءة:

5. الكفاءة الشخصية والاجتماعية وتعلم كيفية التعلم

الهدف من ورشة العمل

يهدف ورشة العمل إلى تعزيز التعلم عن الذات لتحقيق أقصى استفادة من القدرات الشخصية، والتعلم عن الآخرين للتعاون بفعالية في بيئة العمل وضمن السياقات الاجتماعية، وتعلم كيفية التعلم للتطور على الصعيدين الشخصي والمهني.

سيتعلم المتدربون: (أ) التأمل الذاتي للحفاظ على الصحة البدنية والعقلية، وتحديد ووضع الأهداف بناءً على قدراتهم وإمكانياتهم للبقاء متحفزين، بالإضافة إلى إدارة وقتهم والمعلومات المتاحة بفعالية للبقاء مرنين؛ (ب) العمل مع الآخرين بطريقة بناءة وغير تصادية من خلال احتضان التنوع الثقافي واستخدام التعاطف الذي يؤسس لعلاقات إيجابية؛ (ج) إدارة تعلمهم ومسارهم المهني من خلال التفكير النقدي، وتطبيق التعلم السابق، وتحديد فرص التعلم والتطور، بما في ذلك استخدام الموارد والأدوات الخاصة بالإرشاد المهني وتحديد الفرص وتطبيق استراتيجيات النمو المهني.

مخرجات التعلم

بعد انتهاء ورشة العمل، سيكون المشاركون في وضع يسمح لهم بـ:

من حيث المعرفة:

- تعريف الصورة الإيجابية عن الذات والرفاهية.
- شرح كيفية تأثير التفاعل الاجتماعي بالتنوع الثقافي والتعاطف.
- سرد المنهجيات والتقنيات المناسبة لأساليب التعلم المختلفة بالإضافة إلى الموارد والأدوات الخاصة بالإرشاد المهني، والتطوير، وتحديد الفرص (النمو المهني) التي يمكن أن تدعم عقلية النمو.

من حيث المهارات:

- تحديد القدرات والإمكانيات الشخصية لتكوين صورة إيجابية عن الذات ووضع أهداف للنمو.
- توظيف العمل التعاوني القائم على كسر الصور النمطية واستخدام تقنيات التعاطف.
- تطبيق استراتيجيات النمو الشخصي والمهني.

من حيث الكفاءات:

- معالجة الاحتياجات والتحديات الاجتماعية التي تؤثر على احتياجات وتحديات السوق من خلال إدارة مسار التطور الشخصي (والمهني) الخاص بالفرد.
 - بناء علاقات إيجابية قائمة على التواصل الفعال والبناء والحفاظ عليها من خلال حل النزاعات.
- استخدام استراتيجيات ما وراء المعرفة للتعلم.

منهجية التدريب

- التعلم المترامن عبر الإنترنت
- التعلم الموجه ذاتياً

المتطلبات السابقة

- مستوى مبتدئ
- مهارات محددة مطلوبة
- المشاركة في ورش عمل سابقة مطلوبة

إذا كانت ورشة العمل تتطلب مهارات محددة أو المشاركة في ورش عمل سابقة، يرجى التوضيح (مع ذكر مواضيع محددة إذا لزم الأمر):

لا يوجد

التعلم المتمزامن عبر الإنترنت

مدة ورشة العمل

ورشة العمل (مستوى الكفاءة): 21 ساعة
الموضوع الأول: 7 ساعات
الموضوع الثاني: 7 ساعات
الموضوع الثالث: 7 ساعات

تقنيات التدريب

- محاضرة (إلزامي)
- تمرين فردي
- تمرين جماعي
- مناقشة جماعية
- عصف ذهني
- دراسة حالة
- لعب أدوار
- ورشة عمل تجريبية
- أسئلة وأجوبة (أسئلة مغلقة و/أو مفتوحة)
- عرض وتحليل الفيديو
- أخرى (يرجى التوضيح): _____

المعدات والمواد اللازمة

المعدات:

- كمبيوتر محمول / جهاز كمبيوتر مكتبي (إلزامي)
- جهاز عرض (بروجكتور)

المواد:

- عرض تقديمي "باوربوينت" (إلزامي)
- فيديو هات يوتيوب

- ☑ أوراق عمل للأنشطة
- ☑ قوالب عروض تقديمية "باوربوينت"
- ☑ برامج رسم (حسب تفضيل المتعلمين)
- ☑ ورق قياس A4
- ☑ ملاحظات لاصقة ملونة
- ☑ أقلام تخطيط
- ☑ أقلام حبر
- ☑ أقلام رصاص وأقلام تلوين

تقسيم برنامج ورشة العمل

كفاءة المهارات الشخصية والاجتماعية وتعلم كيفية التعلم

توزيع الوقت (بالدقائق)	1. التعلم عن الذات للوصول إلى الإمكانيات الكاملة	
40 دقيقة	مقدمة في التعلم عن الذات للوصول إلى الإمكانيات الكاملة	1
	تقنية التدريب: رمز الأداة المنهجية	البنية / المحتوى
	محاضرة PPT5.1_1 : نشاط كسر الجليد: قوتي الخارقة الخاصة	<ul style="list-style-type: none"> • "الذات" • تعريف أنفسنا • من أنا؟ - مفهوم الذات • إطلاق العنان لإمكاناتنا - مفهوم الذات
90 دقيقة	1.1 أولوية نمط الحياة الصحي	2
	تقنية التدريب: رمز الأداة المنهجية	البنية / المحتوى
	محاضرة: PPT5.1_1 نشاط كسر الجليد: قوتي الخارقة الخاصة	<ul style="list-style-type: none"> • الرفاهية: تطوير صورة ذاتية إيجابية

	<p>محاضرة: PPT5.1_1 تمرين فردي - نمط حياتي... مخطط: MT5.1_1A تمرين فردي - نمط حياتي... مفحوص: MT5.1_1B</p>	<ul style="list-style-type: none"> - نمط حياة صحي - الرفاهية - صورة ذاتية إيجابية - أبعاد أخرى للرفاهية • التأمل الذاتي: مفتاح أسلوب حياة واع - لماذا، متى، أين، كيف، - إجراءات أساسية عند التأمل الذاتي - نشاط التأمل الذاتي - أمثلة • بناء عادات جديدة من أجل حياة أفضل 	
165 دقيقة	1.2 تحديد القدرات لوضع الأهداف وتجاوز العقبات		3
	تقنية التدريب: رمز الأداة المنهجية	البنية / المحتوى	
	<p>محاضرة: PPT5.1_1 أسئلة وأجوبة (اختبار قصير) - وقت المهارات!: MT5.1_2 تمرين فردي - "أشعر بالقوة عندما...": MT5.1_3A تمرين فردي - معرفة نقاط قوتك - توجيه أهدافك: MT5.1_3B عرض وتحليل فيديو - مفتاح النجاح في عالم اليوم: MT5.1_4</p>	<ul style="list-style-type: none"> • التقييم الذاتي: اكتشاف القدرات - تحديد نقاط قوتك • تحديد الأهداف بناءً على نقاط القوة: إطلاق الإمكانيات - تحديد الأهداف... بما يتماشى مع نقاط قوتك - معالجة تحديات اليوم: (إدارة الوقت، المعلومات، 	

	تمرين جماعي – ساعدوا جون وسارة! MT5.1_5	التغيير، وإدارة التوتر) - تحديات عصرنا - إدارة الوقت - تحديد الأولويات - إدارة المعلومات - إدارة الوقت الجديدة - المرونة - تنمية المرونة - التكيف مع التغيير - حل المشكلات - إدارة التوتر	
60 دقيقة	1.3 تحفيز الذات		3
	الهيكل / أسلوب التدريب / رمز الأداة المنهجية	البنية / المحتوى	
	محاضرة: PPT5.1_1 تمرين جماعي – كولاغ التحفيز الذاتي: MT5.1_6	<ul style="list-style-type: none"> الحصول على الدافعية والاستمرار فيها - الدافعية - تحفيز النفس - الحفاظ على الدافعية 	
20 دقيقة	الملخص – المراجعة والأسئلة والأجوبة		4
	أسلوب التدريب / رمز الأداة المنهجية	البنية / المحتوى	
	محاضرة: PPT5.1_1	<ul style="list-style-type: none"> تلخيص النقاط الرئيسية أسئلة المراجعة الأسئلة والأجوبة 	
45 دقيقة	فترات الاستراحة		

توزيع الوقت (بالدقائق)	2. التعلم عن الآخرين من أجل النمو الشخصي والمهني	
40 دقيقة	1 مقدمة عن التعلم عن الآخرين للنمو الشخصي والمهني	
	البنية / المحتوى	أسلوب التدريب: رمز الأداة المنهجية
	<ul style="list-style-type: none"> • الطبيعة الاجتماعية للإنسان • التواجد معًا • التصرف معًا • «الأخر» • «الاختلاف/الأخرية» • «الأخرية» كمفهوم إيجابي 	محاضرة: PPT5.2_1 نشاط تنشيطي: مرشح المثالي للمقابلة
85 دقيقة	2 2.1 التفاعل الاجتماعي وتشكيل الفرق	
	البنية / المحتوى	أسلوب التدريب: رمز الأداة المنهجية
	<ul style="list-style-type: none"> • القواعد الاجتماعية والرفاهية الاجتماعية - التطور المجتمعي - التفاعل الاجتماعي - القواعد أو الأعراف الاجتماعية - الرفاهية الاجتماعية - قضية التحفيز - من المجموعات إلى الفرق / تشكيل الفرق - العمل التعاوني أو العمل الجماعي • العمل كفريق 	محاضرة: PPT5.2_1 تمرين جماعي: أنا كاتب السيناريو – MT5.2_1
110 دقيقة	3 2.2 تطوير بينات شاملة وداعمة	
	البنية / المحتوى	أسلوب التدريب: رمز الأداة المنهجية
	<ul style="list-style-type: none"> • فهم واحترام التنوع الثقافي - التنوع الثقافي - الثقافة كمفهوم شامل - الثقافة بما يتجاوز الدول والأديان 	محاضرة: PPT5.2_1 عرض فيديو وتحليله – قصة قصيرة عن التعاطف: MT5.2_2A عرض فيديو وتحليله – فهم التعاطف: MT5.2_2B

10

منهج إطار الكفاءات الأساسية لـ 5. كفاءة المهارات الشخصية والاجتماعية وتعلم كيفية التعلم

المهمة 2.3



Co-funded by
the European Union

بتمويل من الاتحاد الأوروبي. مع ذلك، فإن الآراء والوجهات النظر الواردة هنا هي آراء المؤلفين فقط، ولا تعكس بالضرورة آراء الاتحاد الأوروبي أو الوكالة التنفيذية الأوروبية للتعليم والثقافة (EACEA). ولا يتحمل الاتحاد الأوروبي ولا الوكالة التنفيذية الأوروبية للتعليم والثقافة أي مسؤولية عنها..

	تمثيل أدوار – كيف تتعامل مع الموقف؟ MT5.2_3	<ul style="list-style-type: none"> - تحديات التنوع الثقافي • استثمار قوة فهم الآخرين: - التعاطف وكيفية اكتسابه - المفتاح لاكتساب التعاطف: كن مستمعًا نشطًا - ما لا يُعد تعاطفًا 	
110 دقيقة	2.3 بناء علاقات صحية من خلال التفاعل البناء		3
	أسلوب التدريب: رمز الأداة المنهجية	البنية / المحتوى	
	<p>محاضرة: PPT5.2_1</p> <p>عرض فيديو وتحليله (نشاط فردي) – كيف تحدث سوء الفهم (وكيف نتجنبه): MT5.2_4 تمرين جماعي – قمنا به بشكل صحيح – وأخطأنا فيه: MT5.2_5</p>	<ul style="list-style-type: none"> • أهمية العلاقات الإيجابية بين الأفراد - بناء العلاقات - المراحل الخمس للعلاقات بين الأفراد - العلاقات الإيجابية • الدور الرئيسي للتواصل - أهمية التواصل الفعال - كيفية التغلب على حواجز التواصل • حل النزاعات - عندما تُختبر العلاقات - حل النزاع - إدارة النزاعات: التوصل إلى حلول وسط 	
20 دقيقة	المراجعة والأسئلة والأجوبة		4
	أسلوب التدريب: رمز الأداة المنهجية	البنية / المحتوى	
	محاضرة: PPT5.2_1	<ul style="list-style-type: none"> • تلخيص النقاط الرئيسية • أسئلة المراجعة • الأسئلة والأجوبة 	
45 دقيقة	فترات الاستراحة		

منهج إطار الكفاءات الأساسية لـ 5. كفاءة المهارات الشخصية والاجتماعية وتعلم كيفية التعلم

المهمة 2.3



Co-funded by
the European Union

بتمويل من الاتحاد الأوروبي. مع ذلك، فإن الآراء والوجهات النظر الواردة هنا هي آراء المؤلفين فقط، ولا تعكس بالضرورة آراء الاتحاد الأوروبي أو الوكالة التنفيذية الأوروبية للتعليم والثقافة (EACEA). ولا يتحمل الاتحاد الأوروبي ولا الوكالة التنفيذية الأوروبية للتعليم والثقافة أي مسؤولية عنها..

توزيع الوقت (بالدقائق)	3. التعلم حول كيفية التعلم لحياة ذات معنى	
40 دقيقة	1 مقدمة عن التعلم حول كيفية التعلم لحياة ذات معنى	
	أسلوب التدريب: رمز الأداة المنهجية	البنية / المحتوى
	محاضرة: PPT5.3_1 نشاط تنشيطي: الدروس المستفادة	<ul style="list-style-type: none"> • ماذا يعني تعلم كيفية التعلم؟ • التعلم للتعلم – كفاءة عليا • فوائد التعلم للتعلم • كيف نتعلم أن نتعلم؟
160 دقيقة	2 3.1 استراتيجيات التعلم الشخصية	
	أسلوب التدريب: رمز الأداة المنهجية	البنية / المحتوى
	محاضرة: PPT5.3_1 تمرين فردي – أي نوع من المتعلمين أنت؟ MT5.3_1 تمرين جماعي – ما الأنسب لأسلوب تعلمي؟ MT5.3_2 تمرين فردي – خطة التعلم الجديدة الخاصة بي: MT5.3_3	<ul style="list-style-type: none"> • أشكال التعلم وأنواع المتعلمين (أساليب التعلم) <ul style="list-style-type: none"> - التعلم - أشكال التعلم - أساليب التعلم / الأساليب الرئيسية - نصائح لأنواع المتعلمين المختلفة • إدارة التعلم الذاتي: البناء على التعلم السابق وأساليب التعلم، اختيار طرق وتقنيات التعلم، وتقييم التعلم <ul style="list-style-type: none"> - النمو الشخصي من خلال التعلم - إدارة التعلم: الرحلة / الأساسيات / الخلفية / الانطلاق / الخطوات المتوسطة - الفضول للتعلم - تخطيط التعلم - وتطوير خطة التعلم

		<ul style="list-style-type: none"> - إدارة التعلم: الطرق والتقنيات - استمر في الممارسة - التقييم الذاتي بعد التعلم وكيفية القيام به - تحقق من التعلم: نقطة إضافية 	
145 دقيقة	3.2 التعلم للتعلم من أجل النمو المهني		3
	أسلوب التدريب: رمز الأداة المنهجية	البنية / المحتوى	
	<p>محاضرة: PPT5.3_1_1 تمرين جماعي – هل يمكنك تقديم النصح لهم ؟ MT5.3_4</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● تطوير الحياة المهنية والتحديات للنمو المهني <ul style="list-style-type: none"> - النمو المهني - النمو المهني في عالم اليوم - خمس مبادئ أساسية للنمو المهني - تطوير الحياة المهنية ● إدارة المسار المهني: <ul style="list-style-type: none"> - الموارد والأدوات للنمو المهني وتحديد الفرص الريادية - الإرشاد المهني والنصيحة / الاستشارة - الموارد والأدوات للنمو المهني - المبادرة والابتكار - تحديد الفرص الريادية والموارد 	
30 دقيقة	3.3 مواكبة التعلم		3
	أسلوب التدريب: رمز الأداة المنهجية	البنية / المحتوى	
	<p>محاضرة: PPT5.3_1_1</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● اعتماد ثقافة التعلم - التحفيز على التعلم 	

		<ul style="list-style-type: none"> - أن تصبح متحفزاً والبقاء متحفزاً على التعلم • اتجاهات التعلم الحالية - اتجاهات التعلم الحالية 	
20 دقيقة	المراجعة والأسئلة والأجوبة		4
	أسلوب التدريب / رمز الأداة المنهجية	البنية / المحتوى	
	محاضرة: PPT5.3_1	<ul style="list-style-type: none"> • تلخيص النقاط الرئيسية • أسئلة المراجعة • الأسئلة والأجوبة 	
45 دقيقة			فترات الاستراحة

قائمة بالأدوات المنهجية

رمز الأداة المنهجية	تقنية التدريب	الرقم
PPT5.1_1, PPT5.2_1, PPT5.3_1	محاضرة	1
MT5.1_1A	تمرين فردي	2
MT5.1_1B	تمرين فردي	4
MT5.1_2	أسئلة وأجوبة	5
MT5.1_3A	تمرين فردي	6
MT5.1_3B	تمرين فردي	7
MT5.1_4	عرض فيديو وتحليله	8
MT5.1_5	تمرين جماعي	9
MT5.1_6	تمرين جماعي	10
MT5.2_1	تمرين جماعي	11
MT5.2_2A	عرض فيديو وتحليله	12
MT5.2_2B	عرض فيديو وتحليله	13
MT5.2_3	تمثيل أدوار	14
MT5.2_4	عرض فيديو وتحليله	15
MT5.2_5	تمرين جماعي	17
MT5.3_1	تمرين فردي	18
MT5.3_2	تمرين جماعي	19
MT5.3_3	تمرين فردي	20
MT5.3_4	تمرين جماعي	21

التعلم الذاتي الموجه
الموارد

ال م ر ق م ال م ر ق م ال م ر ق م	المورد	ا ل م ر ق م
	https://www.studysmarter.co.uk/explanations/psychology/personality-in-psychology/the-self/	1
	https://www.slideshare.net/cristelmaybesin/understanding-the-selfpptx-253425159	2
	https://positivepsychology.com/self-concept/#:~:text=Self%2Dconcept%20is%20the%20perception,skills%2C%20and%20areas%20of%20weakness.	3
	https://thewrightinitiative.com/misc/what-is-self-concept-definition.html	4
	https://sadbhavnpublications.org/ppt/bed/sem1/Growth-and-Development/UNDERSTANDING-DEVELOPMENT-OF-SELF-CONCEPT.pdf	5
	https://www.lifebulb.com/blogs/understanding-self-concept	6
	https://health.nzdf.mil.nz/your-health/body/physical-health-and-fitness/what-is-physical-health	7

https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response	8
https://www.linkedin.com/pulse/self-awareness-self-reflection-david-alcock/	9
https://positivepsychology.com/self-image/#:~:text=A%20positive%20self%20image%20is,you%20look%20in%20the%20mirror.	1 0
https://www.bu.edu/studentwellbeing/what-is-wellbeing/	1 1
https://productive.fish/blog/self-reflection/	1 2
https://productive.fish/blog/how-to-build-a-habit/	1 3
https://www.leaderonomics.com/articles/personal/why-its-important-to-know-your-strengths-and-weaknesses	1 4
https://nationalcareers.service.gov.uk/discover-your-skills-and-careers/	1 5
https://barclayslifeskills.com/i-want-to-choose-my-next-step/school/5-ways-to-find-out-what-you-re-good-at/	1 6
https://ca.indeed.com/career-advice/finding-a-job/what-am-i-good-at	1 7
https://www.simplystrongteams.com/identify-strengths-exercise	1 8
https://geniusfood.com/en-gb/genius/8-brilliant-ways-to-unlock-your-potential/	1 9
https://www.youtube.com/watch?v=tkbHfxSboMo&t=51s	2 0
https://extension.uga.edu/publications/detail.html?number=C1042&title=time-management-10-strategies-for-better-time-management	2 1
https://corporatefinanceinstitute.com/resources/management/time-management-list-tips/	2 2
https://www.indeed.com/career-advice/career-development/what-is-information-management	2 3
https://paulspecter.com/information-management-is-the-new-time-management/	2 4
https://www.everydayhealth.com/wellness/resilience/	2 5
https://www.calm.com/blog/how-to-be-resilient	2 6
https://www.verywellmind.com/problem-solving-2795008	2 7

https://www.webmd.com/balance/stress-management/what-is-stress	2 8
https://www.webmd.com/balance/stress-management/stress-management	2 9
https://www.healthdirect.gov.au/motivation-how-to-get-started-and-staying-motivated	3 0
https://mgiep.unesco.org/article/humans-are-social-and-emotional-beings	3 1
https://www.managementstudyguide.com/understanding-team.htm	3 2
https://www.youtube.com/watch?v=fUXdrI9ch_Q&t=99s	3 3
https://ethics.org.au/ethics-explainer-the-other/	3 4
https://link.springer.com/chapter/10.1057/9781137321312_3	3 5
https://socialsci.libretexts.org/Bookshelves/Sociology/Introduction to Sociology/Sociology(Boundless)/05%3A Social Interaction/5.01%3A Understanding Social Interaction/5.1A%3A Understanding Social Interaction#:~:text=A%20social%20interaction%20is%20an,which%20they%20seek%20to%20live.	3 6
https://study.com/academy/lesson/social-interactions-definition-types-quiz.html	3 7
https://www.simplypsychology.org/social-norms-examples.html#:~:text=Norms%20are%20implicit%20(unwritten)%20social,in%20society%20(societal%20standards).	3 8
https://positivepsychology.com/social-wellbeing/	3 9
https://aithor.com/essay-examples/understanding-the-importance-of-cultural-diversity-in-todays-global-society	4 0
http://www.maxwideman.com/musings/culture.htm	4 1
https://bccie.bc.ca/wp-content/uploads/2020/09/cultural-iceberg.pdf	4 2
https://www.youtube.com/watch?v=UzPMMSKfKZQ	4 3
https://www.themedicportal.com/blog/whats-the-difference-between-sympathy-and-empathy/	4 4
https://www.verywellmind.com/what-is-active-listening-3024343	4 5

	https://www.wikihow.com/Social-Norms-Examples	4 6
	https://philarchive.org/archive/HAUSPA-3	4 7
	https://hbr.org/2011/06/turn-your-group-into-a-true-te#:~:text=A%20common%2C%20worthwhile%20purpose%20creates,But%20they're%20not%20enough.	4 8
	https://courses.lumenlearning.com/suny-introductiontocommunication/chapter/defining-groups-and-teams/	4 9
	https://filestage.io/blog/collaborative-working/	5 0
	https://aithor.com/essay-examples/understanding-the-importance-of-cultural-diversity-in-todays-global-society	5 1
	http://www.maxwideman.com/musings/culture.htm	5 2
	https://bccie.bc.ca/wp-content/uploads/2020/09/cultural-iceberg.pdf	5 3
	https://www.youtube.com/watch?v=UzPMMSKfKZQ	5 4
	https://www.themedicportal.com/blog/whats-the-difference-between-sympathy-and-empathy/	5 5
	https://www.healthline.com/health/interpersonal-relationships#relationship-stages	5 6
	https://www.rogerkallen.com/build-positive-relationships/	5 7
	https://www.torrens.edu.au/stories/blog/employability/7-tips-to-build-strong-interpersonal-relationships	5 8
	https://www.freshminds.co.uk/candidates/skills-hub/how-to-manage-conflict-in-a-project-team?source=google.com	5 9
	https://www.youtube.com/watch?v=gCfzeONu3Mo	6 0
	https://www.youtube.com/watch?v=6aklgN4fS54	6 1
	https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/meta	6 2

	https://www.testgorilla.com/blog/meta-skills/	6 3
	https://study.com/academy/lesson/what-is-learning-understanding-effective-classroom-strategies.html#:~:text=The%20learning%20process%20involves%20an,components%20interact%20with%20each%20other.	6 4
	https://www.coe.int/en/web/lang-migrants/formal-non-formal-and-informal-learning	6 5
	https://education.ec.europa.eu/education-levels/adult-learning	6 6
	Department of Education and Science (2000). Learning for Life: Paper on Adult Education. Dublin: Stationery Office.	6 7
	Commission of the European Communities: Adult learning: It is never too late to learn. COM (2006) 614 final. Brussels, 23.10.200	6 8
	https://education.ec.europa.eu/education-levels/vocational-education-and-training/about-vocational-education-and-training6	6 9
	https://arden.ac.uk/what-type-learner-are-you	7 0
	https://www.linkedin.com/pulse/starting-your-learning-journey-eweje-oyeniya-cmc/	7 1
	https://mentorloop.com/blog/growth-mindset-vs-fixed-mindset-what-do-they-really-mean/	7 2
	http://www.russellsarnder.org/?p=1027	7 3
	https://fastercapital.com/topics/developing-a-learning-plan.htm	7 4
	https://articles.noodlefactory.ai/5-steps-to-developing-an-individual-learning-plan	7 5
	https://www.youtube.com/watch?v=LP7pdAn3foE	7 6
	https://brainstorminternational.co.in/understanding-the-difference-between-career-guidance-and-career-counseling/#:~:text=While%20career%20guidance%20provides%20valuable,goal%20setting%2C%20and%20overcoming%20barriers	7 7
	https://www.linkedin.com/pulse/top-5-online-career-counselling-consultant-platforms-solve-zone-e91ic/	7 8
	https://karakuleli.medium.com/step-up-stand-out-how-taking-initiative-can-transform-your-business-journey-7e73cfc88d42	7 9
	https://www.linkedin.com/pulse/how-identify-entrepreneurial-opportunities-kennedy-mulenga-mba/	8 0

https://theeducationhub.org.nz/motivation/#:~:text=In%20short%2C%20intrinsic%20motivation%20fosters,motivated%20treat%20learning%20like%20play.	8 1
https://www.21kschool.com/in/blog/success-stories/#7 Michael Jordan	8 2
https://www.cypherlearning.com/blog/business/learning-and-development-trends-2024	8 3
https://www.youtube.com/watch?v=G-pM_Ou6Awo	8 4
https://www.dreamstime.com/illustrations-depicts-lack-education-poverty-climate-change-public-health-water-food-security-jobless-high-morbidity-image103132147	8 5
https://www.weforum.org/stories/2024/01/8-global-issues-shaping-and-driving-job-creation/	8 6
https://fastercapital.com/topics/challenges-in-the-job-market.html	8 7

