



### تطوير الاستقلال عند الأطفال

ستزود ورشة العمل هذه أولياء الأمور باستراتيجيات التنشئة الأساسية التي ستتطرق إلى مفاهيم مهمة للتربية مثل الانضباط والاستقلالية والتحفيز. سيتم تعريف أولياء الأمور بنظريات تربية الأطفال وتعلم كيفية تطبيق المهارات العملية التي تزرع وتطور مهارات أطفالهم ونقاط قوتهم. ستقدم ورشة العمل هذه أيضاً أسس استخدام البيئة المنزلية في تحفيز نمو أطفالهم.

### رحلة في التربية

تساعد هذه الورشة أولياء الأمور على فهم رحلتهم الشخصية في الأبوة والأمومة وكيف تنعكس على أساليب التربية الخاصة بهم بالإضافة إلى تبديد أساطير التربية الشائعة.

### خلق رؤية عائلية

في هذه الورشة ، يتعلم الوالدان أهمية تحديد الأهداف وأدوار كل فرد من أفراد العائلة. تهدف ورشة العمل هذه إلى مساعدة أولياء الأمور على وضع خطة شاملة للقيم والثقافة والأهداف الخاصة بالأسرة وللمنزل الذي يرغبون في إنشائه ورعايته.

### تحديد الأهداف الواعية للوالدين

تساعد هذه الورشة الوالدين على تعلم التقنيات لتحديد نقاط القوة المميزة لأطفالهم وكيفية العمل مع أطفالهم لتحديد أهدافهم الشخصية. تعني هذه الورشة تركيزاً على التواصل واستراتيجيات واعية للمكافآت لمساعدة الأطفال على تحقيق أهدافهم. وتشجيع تفردهم على التألق.



## الثقة

هذه الورشة التحفيزية ستساعد الفتيات المراهقات في فهم وتحدي تصوراتهن السلبية فيما يتعلق باحترام الذات وصورة الجسد التي يتم تصويرها في وسائل الإعلام. ستعمل الفتيات على الأنشطة القائمة على أدلة علمية التي تساعد على تحفيز صورة صحية للجسد. ستكون هذه الخطوة الأولى في بناء إحساس قوي بالثقة وقبول الذات.

## لعبة التخصصات

تعمل ورشة العمل هذه مع الشباب لمساعدتهم على تحديد التخصصات المناسبة لهم من خلال تحليل حياتهم على مستوى كلي. سوف يتعلم الشباب التفكير في إنجازاتهم الماضية ، وطموحاتهم المستقبلية ، ومهاراتهم الحالية ، والعقبات التي تعترض تطوير عادات وأهداف يومية وأسبوعية وشهرية وسنوية التي تؤدي إلى تحقيق أهدافهم وتخدم في النهاية كمخطط أساسي لاختيار تخصص جامعي.

## التواصل الواعي للمراهقين

تساعد هذه الورشة المراهقين على تحديد ما يشعرون به ، وفهم الأسباب وراء مشاعرهم، وكيف ترتبط بشكل مباشر بكيفية تواصلهم مع الآخرين. كما سيتعلمون مهارات لتحويل التواصل الانفعالي اللاواعي إلى تواصل فعال وواعي. سوف يتعلم المتدربين أيضا أهمية الاستماع إلى الآخرين بطريقة موضوعية.



### التواصل الواعي: نسخة بيئة العمل

سوف يفهم المشاركون أسلوب التواصل ، ويتعلمون مهارات الاتصال الحازم ومهارات حل النزاعات. ستساعد ورشة العمل هذه الأفراد على تطبيق تقنيات جديدة لتحسين مهاراتهم في التحدث أمام الجمهور ولغة جسدك. كما سيكونون قادرين على إدراك مهارات التفاوض الأساسية وأدوات التواصل الواعية التي من شأنها إثراء حياتهم العملية.

### تخطيط و تقديم خطة عملك الخاص

تعلم ورشة العمل هذه المفاهيم الأساسية لريادة الأعمال. سيتعلم المشاركون كيفية تحويل فكرة إلى خطة عمل ملموسة. وأساسيات تصميم واختبار نموذج الأعمال ، وبحوث السوق ، ووضع الميزانية ، وتقديم فكرة عمل للمستثمرين أو المتعاونين.

### ماذا لو؟ التعامل مع التحديات الغير متوقعة في العمل

تقدم ورشة العمل هذه المهارات العملية والشاملة للتعامل مع التحديات الواردة في مكان العمل مثل إدارة التغيير ، والتعامل مع الشعور بالإحترق النفسي، والتعامل مع العملاء أو زملاء العمل صعب المراس ، وكيفية التواصل بشكل فعال.

### إدارة التسويق

تساعد هذه الورشة المتدربين على تعلم كيفية تحقيق التوازن بين حياتهم وإدارة وقتهم من خلال الكشف عن الأسباب والأنماط التي تقف خلف تسويقهم. سيتعلم المشاركون أيضاً كيفية تطبيق قاعدة لتحديد أهدافهم لاستخدام وقتهم بشكل أكثر كفاءة. وأخيراً ، سيعودون إلى الأساسيات من خلال تعلم تقنيات التدوين التقليدية لدعم إدارة الوقت.