

مواجهة تحدٍ جديد

1 ما بعض الأشياء التي تمنحك هدفاً ومغزى في الحياة؟ يمكن أن يكون هذا أي شيء، مثل أن تكونوا أصدقاء عطوفين تجاه الآخرين أو النجاح في المدرسة أو ممارسة الشعائر الدينية.

2 عندما يتعامل الناس مع مشروع أو نشاط جديد، لا توجد طريقة واحدة ناجحة فقط للقيام بذلك. يمكننا التعامل مع المواقف الجديدة الصعبة بطريقة تناسبنا بشكل فريد. مثلاً، ربما عندما اضطررتم إلى إجراء اختبار صعب في مادة علم الأحياء، قمتم بتحضير الكثير من البطاقات التعليمية للاستعداد له، بدلاً من مجرد قراءة المادة كما تفعلون عادةً في اختبارات العلوم. أو ربما عندما أردتم تعلم مهارة جديدة، مثل الكتابة الإبداعية، كنتم تمارسونها في الصباح، عندما تكونون أكثر إنتاجية. فكروا في موقف جرّبتُم فيه شيئاً جديداً ووجدتم أنه يمثل تحدياً - تجربة سابقة. اكتبوا بعض الاستراتيجيات التي استخدمتموها لتحقيق هذا الهدف، والتي نجحت بشكل خاص بالنسبة لكل منكم.

3 ما أحد الأهداف المتوسطة صعبة التحقيق (أي يجب أن يستغرق الهدف عدة أسابيع على الأقل لتحقيقه) الذي تريدون تحقيقه؟

المصدر: يستضيف Meta هذا المحتوى ويتضمن حالياً موارد التعلم المستمدة من مشروع Youth and Media في مركز Berkman Klein Center for Internet & Society في جامعة هارفارد، بموجب ترخيص Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International. يمكنكم الاستفادة من هذا المحتوى، بما في ذلك نسخ الأعمال المشتقة وإعدادها، سواء كانت تجارية أو غير تجارية، طالما أنكم تتسبون مشروع Youth and Media كمصدر أصلي وتبشرون الشروط الأخرى للترخيص، وتشاركون أي أعمال أخرى بموجب نفس الشروط.