

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

Ικανότητες του χαρακτήρα για τη διαχείριση θεμάτων της ζωής

ΑΥΤΕΠΙΓΝΩΣΗ

Διαχείριση Άγχους

Συναισθηματική ρύθμιση

Θετική σκέψη

Αυτοεκτίμηση

ΔΙΑΠΡΟΣΩΠΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ

Ενσυναίσθηση

Ικανότητα να ακούω

Διαχείριση διαμάχης

Διαχείριση σχέσης

Επικοινωνία με εμπιστοσύνη

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΣΚΕΨΗΣ

Στοχοθεσία

Λήψη αποφάσεων

Επίλυση προβλημάτων

Κριτική και Δημιουργική σκέψη

Ικανότητα να πράττω εκτελεστικά

Ανθεκτικότητα στις δυσκολίες/ αντιξοότητες

ΠΗΓΗ:

<https://www.unicef.org/azerbaijan/media/1541/file/basic%20life%20skills.pdf>

ΑΠΟΔΟΣΗ-ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ:

ΠΕΤΡΟΣ ΔΗΜΗΤΡΑΚΟΠΟΥΛΟΣ

[ΦΙΛΟΛΟΓΟΣ ΣΤΟ ΜΟΥΣΙΚΟ ΓΥΜΝΑΣΙΟ-Λ.Τ. ΙΛΙΟΥ]

12/2021