



2. تحقيق أهدافي الذكية

عنوان النشاط	Creating my SMARTER Goals
أبعاد L2L	<p>الوعي الذاتي</p> <ul style="list-style-type: none">- ما الذي يمكنني فعله؟- ما الذي أحتاجه لأتحسن؟ <p>تحديد الهدف والتخطيط</p> <ul style="list-style-type: none">- ما هو التعلم الذي أود تحقيقه؟- تحديد أهداف التعلم الخاصة بي <p>المبادرة والملكية</p> <ul style="list-style-type: none">- تحمل مسؤولية التعلم الخاص بي
ملخص النشاط	<p>الهدف من هذا التمرين هو جعل أهدافك ذكية ، وإدراك سبب رغبتك في تحقيقها ، وما الذي سيفعله لك عندما تصل إليه. سيساعدك هذا التمرين على تحفيزك في عملية الوصول إلى هذا الهدف.</p>





قبل أن تتمكن من تحديد أهدافنا ، نحتاج إلى جعل أهدافنا SMARTER !! هذا يعني أنهم بحاجة إلى أن يكونوا:

SMARTER

SPECIFIC! MEASURABLE! ACHIEVABLE/ATTRACTIVE! RELEVANT! TIME-RELATED! EFFECT

بالوقت! تأثير محدد! قابل للقياس! يمكن تحقيقه / جذاب! مناسب! مرتبط

املا الجدول أدناه باتباع الأسئلة الإرشادية.

	<p>محدد</p> <p>ما هو بالتحديد الذي نحتاج إلى تحسينه؟</p> <p>هل نحتاج إلى تعزيز ثقتك في التحدث إلى الآخرين؟ هل قواعذك النحوية أو طريقة نطقك هي التي نحتاج إلى بعض العمل؟</p> <p>عند تحديد هدف التعلم الخاص بك ، يجب أن تكون محدداً قدر الإمكان. لا تقلق بشأن كونك "محدداً جداً" ، يمكن أن يكون لديك أكثر من هدف تعليمي واحد. فقط أكمل نفس العملية للأهداف الأخرى.</p> <p>لنفترض أن مشكلتك هي أن تكون أكثر ثقة في التحدث إلى الآخرين ، ثم يمكنك إضافة هدف تعليمي جديد لتصبح أكثر ثقة وتبدأ في ممارسة إجراء محادثات مع الآخرين.</p>
	<p>قابل للقياس</p> <p>كيف تعرف أنك وصلت إلى هدفك؟</p> <p>عندما تحدد هدفاً تعليمياً ، فأنت بحاجة إلى معرفة ما إذا كنت تصل إليه أم لا. لهذا يجب أن تكون قابلة للقياس.</p> <p>لذلك إذا كان هدفك هو أن تصبح أفضل في التحدث مع الآخرين ، فيمكنك على سبيل المثال أن تمنح نفسك هدفاً لبدء محادثة وإجراء محادثة مع شخص غريب لمدة 10 دقائق.</p>
	<p>يمكن تحقيقه / جذاب</p> <p>هل ستتمكن حقاً من القيام بذلك؟ لماذا ترغب في الوصول إلى هذا الهدف؟ ما هي القيمة التي ستجلبها لك؟</p>





	<p>ربما يكون البدء بـ 10 دقائق أكثر من اللازم. لا تعرف ما إذا كان بإمكانك الاستمرار في المحادثة لتلك الفترة الزمنية ، لذلك تعتقد أنه من الأفضل تعديلها إلى 3 دقائق. ثم يمكنك بناء ذلك لفترات أطول واغتنام الفرص للمساهمة في المحادثات العفوية مع نمو تفكيرك بنفسك.</p>
	<p>مناسب هل هو هدف ذو صلة؟ ما هي العوائق التي ستقابلها؟ ماذا ستفعل للتغلب عليها؟</p> <p>إنها لفكرة جيدة أن ترى العلاقة بين هدفك وما يثير اهتمامك. ربما يجب أن تستند هذه المحادثة التي تستغرق 3 دقائق والتي ترغب في أن تكون قادرًا على إجرائها ، على موضوع يثير اهتمامك حقًا ، أو التحضير لفرصة عمل ممتعة للغاية. أنت تعلم أيضًا أنني أشعر بعدم الأمان عند مقابلة الغرباء ، وأشعر بالخوف من أخذ زمام المبادرة.</p> <p>في هذه المرحلة ، يمكن أن يكون هدف التعلم هو: تحسين مهاراتك في المحادثة من خلال إجراء محادثة لمدة 3 دقائق حول هوايتك المفضلة / اهتماماتك مع شخص ما. ستتغلب على خجلك باختيار شخص غالبًا ما يقوم بالتواصل البصري ويظهر اهتمامًا بك.</p>
	<p>مرتبطة بالوقت متى ستتمكن من القول إنك تستطيع فعل هذا؟</p> <p>خطوتنا الأخيرة لأهداف التعلم SMARTe الخاصة بك هي "مرتبطة بالوقت". هذا يعني في الأساس أنك بحاجة إلى إعطاء هدفك موعدًا نهائيًا لموعد تحقيقه.</p>
	<p>تأثير بمجرد أن تصل إلى هذا الهدف ، كيف ستكون حياتك أفضل / مختلفة؟</p> <p>ماذا ستكون قيمة وتأثير الوصول إلى هذا الهدف المحدد؟</p>

*Inspired by George T Doran's S.M.A.R.T goals.

