ورقة عمل

الثقة بالنفس

المهارات الأسرية • الثاني المتوسط • الفصل الدراسي الثاني

اسم الطالب/ة: .....

الصف/الشعبة: .....

التاريخ: .....

الدرجة: .....

شرح الدرس واختباره

ملخص الدرس

■ السؤال الأول: اختر الإجابة الصحيحة

1) الشخص الواثق يتميز بـ (التواضع والتعلم ، الاستعلاء ، رفض النقد)

2) من أسباب ضعف الثقة (الإنجازات الصغيرة ، المقارنة الدائمة ، تعلم مهارة)

3) نتغلب على الخجل بـ (التدرج ، الصمت ، الهروب)

■ السؤال الثاني: ضع علامة صح أو خطأ

1) الغرور هو الثقة الصحيحة. ( )

2) الإنجازات الصغيرة تقوي الثقة. ( )

3) المشاركة في الصف تضعف الثقة. ( )

4) لغة الجسد الواثقة تفيد. ( )

■ السؤال الثالث: صل بين السلوك ونوعه

أقبل النقد المفيد: ثقة

أتجاهل آراء الجميع: غرور

أتجنب المشاركة خوفًا: ضعف ثقة

■ السؤال الرابع: ضع دائرة حول طرق تنمية الثقة

الإنجازات الصغيرة ، المقارنة الدائمة ، لغة الجسد ، تعلم مهارة ، الانعزال

■ السؤال الخامس: اكتب إجابتك

1) ثلاث نقاط قوة فيك: .....

بعد الحل: راجع شرح الدرس واختبر نفسك

امسح الرمز أو زر edu.wrgat.com