



استانداردهای یادگیری مهارت‌های فردی و اجتماعی

بخش یک از چهار خودآگاهی

عنوان "برتری احساسی"

سطح اول	سطح دوم	سطح سوم	سطح چهارم	سطح پنجم	سطح ششم	سطح هفتم
شناخت احساسات خود را بشناسند	شناسایی انواع مختلف احساسات و توصیف انواع موقعیت‌هایی که ممکن است این احساسات را برانگیزند	واکنش‌های عاطفی خود را با همسالان خود مقایسه کنند	تأثیری که افراد، موقعیت‌ها و رویدادها بر احساسات آن‌ها می‌گذارد را توصیف کنند	توضیح اینکه چگونه پاسخ‌های عاطفی مناسب بر رفتار تأثیر می‌گذارد	بررسی تأثیرات و پیامدهای پاسخ‌های عاطفی آن‌ها در زمینه‌های یادگیری، اجتماعی و کاری	واکنش‌های عاطفی خود را به موقعیت‌های چالش‌برانگیز در طیف وسیعی از زمینه‌های یادگیری، اجتماعی و کاری به طور انتقادی منعکس کنند.
شناخت ویژگی‌ها و دستاوردهای شخصی	بیان خواسته‌های خود	دوست‌داشتنی‌ها و دوست‌نداشتنی‌هایشان، نیازها و خواسته‌هایشان را بشناسند و کشف کنند که چه چیزهایی بر آنها تأثیر می‌گذارد	علاقه، مهارت‌ها و دستاوردهای شخصی را شناسایی و توصیف کنند و توضیح دهند که چگونه به زندگی خانوادگی و مدرسه یا دیگر مجموعه‌هایی که عضو هستند کمک می‌کنند	نقاط قوت و چالش‌های شخصی را توضیح داده و مهارت‌هایی را که می‌خواهند توسعه دهند، بشناسند	تأثیری را که ویژگی‌ها و نقاط قوت شخصی بر نتایج یادگیری آن‌ها می‌گذارد، توصیف کنند	نقاط قوت و چالش‌هایشان را ارزیابی کنند و برای دستیابی به موفقیت‌های آینده راهکارهای شخصی مناسب طراحی کنند
خود را به عنوان یادگیرنده درک کنند	فعالیت‌هایی که می‌توانند در زمینه‌های مختلف یادگیری انجام دهند، انتخاب کنند	توانایی‌ها، استعدادها و علائق خود را به عنوان یادگیرنده شناسایی کنید	در مورد نقاط قوت و ضعف‌شان به عنوان یادگیرنده صحبت کنند و راهبردهای یادگیری را برای بهتر کردن آن‌ها شناسایی کنند	شناسایی و توصیف عوامل و راهبردهایی که به یادگیری آن‌ها کمک می‌کند	تلفیق وسیعی از راهبردهای یادگیری را متناسب با اهداف شناسایی و انتخاب کنند و شیوه‌های عملیاتی را که به یادگیری آن‌ها کمک می‌کند توصیف کنند	اثربخشی راهبردهای یادگیری را رابج و شیوه‌های کاری را ارزیابی کنند و در صورت لزوم آنها را اصلاح کنند
بازبینی	شناسایی و تشخیص مشارکت یا تکمیل یک فعالیت	در مورد احساسات خود به عنوان یادگیرنده و اینکه چگونه تلاش‌های آن‌ها بر مهارت‌ها و دستاوردها تأثیر می‌گذارد فکر کنند	بر اساس راهبردهای خودارزیابی و بازخورد تسهیل‌گر، درباره نقاط قوت و دستاوردهای شخصی‌شان صحبت کنند	نظارت بر پیشرفت آن‌ها، جستجو و پاسخ به بازخورد تسهیل‌گر برای کمک به آن‌ها در تثبیت نقاط قوت، رسیدگی به نقاط ضعف و تحقق پتانسیل آن‌ها	پیش‌بینی نتایج چالش‌های شخصی و تحصیلی با استفاده از راهبردهای حل مسئله و تصمیم‌گیری قبلی و بازخورد از همسالان و معلمان	بازخورد همسالان، معلمان و سایر بزرگسالان را برای تجزیه و تحلیل ویژگی‌های شخصی و مجموعه مهارت‌هایی که به توانایی‌های فردی و اجتماعی آن‌ها کمک می‌کند یا محدود می‌کند، انعکاس دهید.