

जीवन कौशल्ये

जागातीक आरोग्य संघटनेने (World health organization - WHO) ने 1997 निश्चित केलेली दहा जीवन कौशल्ये

1. स्वःची जाणीव (Self Awareness)
2. सामानानुभूती (Empathy)
3. समस्या निराकरण (Problem solving)
4. निर्णयक्षमता (Decision Making)
5. परिणामकारक संप्रेषण (Effective Communication)
6. व्यक्ती - व्यक्ती मधील सहसंबंध (Interpersonal Relations)
7. सर्जनशील विचार (Creative Thinking)
8. चिकित्सक विचार (Critical Thinking)
9. भावनांचे समायोजन (Coping With Emotions)
10. ताण तणावाचे समायोजन (Coping with Stress)