



أدوات البوصلة المجانية · بالغ يرتب خيارات الدراسة أو التعلم أو العمل

قيودي وخياراتي الواقعية

حدد حدود الوقت والمكان ونمط العمل التي تؤثر في خطوتك، بدون كتابة أسباب شخصية حساسة.

بنهاية الورقة

حد عملي واضح، وخياران يحتاجان تحققًا، وتعديل صغير يزيد واقعية الخطوة.

كيف تبدأ؟

- 01 اكتب ما يمكنك تخصيصه الآن من وقت وتنقل أو نمط حضور. يمكنك ترك أي خانة لا ترغب في الإجابة عنها.
- 02 فرق بين حد لا يمكنك تغييره حاليًا وتفضيل يمكن التفاوض عليه. لا تحتاج شرح أسباب صحية أو عائلية أو مالية.
- 03 قارن خيارين بما تعرفه عنهما. ضع شرطًا غير معلوم تحت «أتحقق»، ثم اختر تعديلًا صغيرًا أو سؤالًا قبل الالتزام.

هذه ورقة تنظيم خيارات، وليس حسابًا ماليًا أو تقييمًا صحيًا أو نصيحة قانونية. تستطيع تخطي أي خانة.



مثال تعليمي افتراضي

قيودي وخياراتي الواقعية

الأسماء والمواقف للتعلم. عدّل المثال ليصف تجربتك الفعلية.

حدود المكان أو التنقل

أفضل خيارًا لا يحتاج انتقالًا طويلًا.

الوقت المتاح حاليًا

أستطيع تخصيص جلسات قصيرة خلال الأسبوع.

ما لا أستطيع تغييره الآن؟

لا أستطيع الالتزام بتفرغ كامل حاليًا.

نمط الحضور الذي أحتهجه أو أفضله

الحضور عن بعد تفضيل أراجع تفاصيله قبل الاختيار.

خياران ومعلومة تحتاج تحققًا

دورة مباشرة أو مواد ذاتية: أتحقق من وقت اللقاءات وطريقة التطبيق.

ما الذي يمكن تعديله؟

أقدر أبدأ بتجربة صغيرة أو تعلم مررن.

تعديل صغير أو سؤال وخطوة متابعة

أراجع الوقت المطلوب، وأصغر التطبيق إلى مهمة واحدة.



اكتبها بطريقتك

قيودي وخياراتي الواقعية

اختر خانة تبدأ بها. لا تكتب بيانات حساسة: احتفظ بالورقة في مكان خاص.

حدود المكان أو التنقل

اكتب ما يهم الخيار بدون عنوان منزلك.

الوقت المتاح حاليًا

وصف عام: لا يلزم جدول شخصي مفصل.

ما لا أستطيع تغييره الآن؟

الحد نفسه يكفي، ولا يلزم ذكر السبب.

نمط الحضور الذي أحثاه أو أفضله

فرّق بين الحاجة والتفضيل.

خياران ومعلومة تحتاج تحققًا

قارن على أساس الواقع لا التخمين.

ما الذي يمكن تعديله؟

وقت، نطاق تجربة أو ترتيب تعلم.

تعديل صغير أو سؤال وخطوة متابعة

إذا لم يناسب الخيار حاليًا، يمكنك البحث عن بديل.

خطوتك التالية

راجع، ثم اختر خطوة.

- ☐ كتبت الحدود بدون بيانات حساسة.
- ☐ فصلت الحد الحالي عن التفضيل.
- ☐ عرفت ما يحتاج تحققًا.
- ☐ الخطوة تناسب وقتي الآن.

ماذا سأفعل، ومتى؟

مصادر وروابط

الورقة والأمثلة أصلية. راجع المعلومات المتغيرة لدى الجهة المسؤولة.

• [MIT CAPD: Career Advising](#)

مرجع جامعي عن استكشاف المسار والتجارب. هذه ورقة أصلية. وليست تقييمًا أو نتيجة ملائمة.

• [CareerOneStop: Create a Job Search Plan](#)

مرجع عام لتنظيم البحث عن عمل. الخطوات هنا مرنة: الخدمات والبيانات الأمريكية لا تُقدّم كخدمات سعودية.

أكمل بأداة مرتبطة

[ارسم خطوة تغيير صغيرة](#) [راجع قرارك بالدليل](#)

[افتح هذه الورقة على الموقع. واحفظ نسخة إجاباتك على جهازك](#)