

## المحتويات

7	المقدمة:
9	الفصل الأول: نشأة الجامعات
15	الفصل الثاني: المدرسة والجامعة
25	الفصل الثالث: الأهداف والرؤيا والرسالة
41	الفصل الرابع: كيف تستفيد من المحاضرة
49	الفصل الخامس: استراتيجيات القراءة الفعالة
77	الفصل السادس: الاستعداد للامتحان
83	الفصل السابع: الحفز الذاتي
91	الفصل الثامن: إدارة الذات
109	الفصل التاسع: تخطيط المستقبل
119	الفصل العاشر: كيف تدير وقتك
141	الفصل الحادي عشر: مهارات الاتصال والحوار
157	الفصل الثاني عشر: حل المشكلات واتخاذ القرارات
173	الفصل الثالث عشر: التأمل وتقييم الأداء
191	الفصل الرابع عشر: استراتيجيات التأمل
209	الفصل الخامس عشر: مهارات التفكير
221	الفصل السادس عشر: كيف تكتب تقريراً أو بحثاً؟
233	الفصل السابع عشر: كيف تكتب بحثاً علمياً
249	الفصل الثامن عشر: أدوات البحث العلمي
267	المراجع:
266	المراجع العربية
269	المراجع الأجنبية
5	