

جعبه‌ابزار زندگی

راهنمای عملی و کاربردی برای تعمیر و نگهداری خانواده

نویسنده: محمدامین دهقانی

مؤسسه انتشارات پارسیان البرز

۱۳۹۷

سرشناسه : دهقانی، محمدامین، ۱۳۷۰-
عنوان و نام پدیدآور: جعبه ابزار زندگی: راهکارهای عملی و کاربردی برای تعمیر و
نگهداری خانواده / نویسنده محمدامین دهقانی.
مشخصات نشر: کرج: پارسیان البرز، ۱۳۹۷.
مشخصات ظاهری: ۱۵۶ ص.
شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۳۴۶-۳۲-۰
وضعیت فهرست نویسی: فیپا
موضوع: خانواده‌ها -- جنبه‌های روانشناسی
موضوع: Families -- Psychological aspects
موضوع: مهارت‌های زندگی -- جنبه‌های روان‌شناسی
موضوع: Life skills -- Psychological aspects
موضوع: راه زندگی -- جنبه‌های روانشناسی
موضوع: Conduct of life -- Psychological aspects
رده بندی دهخدا: ۱۵۹ ج۷، ۱۵۹۷ HQV۴۳/۵۹
رده بندی دیویی: ۱۵۹/۸۵
شماره کتابشناسی ملی: ۵۵۱۱۶۹۰

مؤسسه انتشارات پارسیان البرز
کرج، تقاطع آزادگان، خیابان شهید نوری، مجتمع نیلوفر، واحد ۳
پایگاه اینترنتی: Parsianalborz.ir | رایانامه: info@parsianalborz.ir
شماره تلفن: ۰۲۶-۳۴۵۲۷۴۱۴ | تلن پخش: ۰۹۱۳۹۷۰۰۰۴۰



جعبه‌ابزار زندگی

(راهکارهای عملی و کاربردی برای تعمیر و نگهداری خانواده)

نویسنده: محمدامین دهقانی

ویراستار: سید علی هاشمی عرقطو

ناظر فنی: مصطفی مهدوی‌نیا

طراح و صفحه‌آرا: لیلا سلامت

نوبت چاپ: اول / زمستان ۱۳۹۷

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

چاپ: کمال‌الملک

شابک کتاب: ۹۷۸-۶۲۲-۶۳۴۶-۳۲-۰

ISBN : 978-622-6346-32-0

حق چاپ برای نویسنده محفوظ است.

مبلغ سرمایه‌گذاری: ۲۵ هزار تومان

فهرست مطالب

فصل اول شغل

۱۱	منیت
۱۳	سایش
۱۷	بهار
۲۲	انگیر
۲۵	شهرت

فصل دوم پول

۳۱	پول
۳۱	شغل
۳۶	پیگیری
۴۰	آموزش
۴۰	کلاس

فصل سوم تعارض

۵۳	ادراک
۵۶	گفت و گو
۵۷	کوتاه آمدن
۵۸	پیدا کردن شباهت
۶۰	قبول تفاوت
۶۱	لج زدن
۶۵	بهانه
۶۹	نوشتن پیگیری
۷۴	واقعیت

فصل چهارم خانواده

۷۹	گفت و گو
۸۴	عدم تربیت کردن
۸۸	زمان
۹۳	تغییر
۱۱۱	حل مسئله

فصل پنجم ضمیمه

- ۱۰۷.....خشم
- ۱۰۸.....آموزش
- ۱۱۲.....عدم مدیریت زمان
- ۱۱۴.....بی پولی
- ۱۱۴.....مگر بی پولی باعث عصبانیت می شود؟
- ۱۱۶.....عدم مسئولیت پذیری
- ۱۱۸.....خشمگین شدن به خاطر یادگیری های قبلی
- ۱۱۹.....چه کار کنم که عصبانیت کم تر شود؟
- ۱۱۹.....ترک محل
- ۱۲۰.....سکوت
- ۱۲۱.....نوشیدن آب
- ۱۲۱.....راه حل پایانی

فصل ششم ضمیمه

- ۱۲۵.....آموزش
- ۱۲۰.....آینه

- دستور دادن ۱۳۴
- دستور دادن به کل ممنوع ۱۳۴
- دستورات مکرر و پشت سرهم ۱۳۵
- برنامه ریزی ۱۴۰
- راه های برنامه ریزی ۱۴۲
- مطالعه ۱۴۲
- فواید برنامه ریزی ۱۴۳
- ریشه یابی ۱۴۶
- چرخه زائری، زبیتی ۱۴۸
- عمل ۱۵۰
- زمان گذاشتن ۱۵۲