

۱۲
اعلام

تقویت هوش مغیجانی در کودکان

نویسنده: شهناز بهمن - هلن مافی

مترجم: فروزان کشیری



سرشناسنامه	بهمن، شهناز Bahman, Shahnaz
عنوان و نام پدیدآور	تقویت هوش هیجانی در کودکان/ نویسندگان شهناز بهمن و هلن مافی / مترجم فروزان کشیری
مشخصات نشر	تهران: پل، ۱۳۹۵
مشخصات ظاهری	۲۰۸ ص
شابک	۸ - ۱۹۱-۲۳۳-۹۶۴-۹۷۸
وضعیت فهرست نویسی	فیبا
یادداشت:	عنوان اصلی: <i>Developing Childrens Emotional Intelligence</i>
موضوع	یادگیری - روانشناسی
موضوع	هوش هیجانی - فعالیتهای فوق برنامه
شناسنامه افزوده	مافینی، هلن
رد بند - کنگره	۱۳۹۵ ۴ پ/ب/۱۰۶۰ LB
رد - سی دیویی	۲۷۰/۱۵۳۴
شماره کتابخانه ملی	۴۳۷۳۹۹۵



instagram: poul_publication

انتشارات پل

تقویت هوش هیجانی - کودکان

نویسندگان: شهناز بهمن - هلن مافی

مترجم: فروزان کشیری

شابک: ۸-۱۹۱-۲۳۳-۹۶۴-۹۷۸

شمارگان: ۵۰۰ نسخه نوبت چاپ: اول ۱۳۹۵

مرکز پخش: انقلاب، خیابان لبافی نژاد، بین خیابان دانشگاه و فخررازی

پلاک ۱۷۴، طبقه دوم، واحد ۴

تلفن: ۶۶۴۶۹۶۰۸ - ۶۶۹۷۲۸۱۸ - ۶۶۴۷۶۵۸۳

قیمت: ۱۲/۰۰۰ تومان

«کلیه حقوق مادی و معنوی این اثر برای ناشر محفوظ می باشد»

فهرست مطالب

۱۳	تقدیمی
۱۵	سخنی از مترجم
۱۹	مقدمه
۲۳	توضیح لازم
۲۳	خصایص روانی کودکان و نوجوانان
۲۵	هنر شناخت کودکان و نوجوانان
۲۷	فصل اول - آموختن و یادگیری
۲۷	رقابت‌های رودروی و متقابل بچه‌ها و شاگردان
۲۸	آنچه که مدارس بایستی روی آن متمرکز شوند
۲۹	چرا (هوش هیجانی)
۳۰	EQ چیست؟ چطور می‌توانیم آن را در بچه‌ها توسعه دهیم؟
۳۱	احساسات پرمعنی شخصی
۳۲	مدیریت عواطف
۳۲	خودانگیزی
۳۲	تشخیص احساسات در دیگران

۳۲	اداره کردن روابط
۳۲	رشد هیجانی در دوران کودکی
۳۴	رشد هیجانی در مدرسه ابتدایی
۳۵	در مدارس ابتدایی باید این ارتباط دنبال شود
۳۶	برخورد معلمین (عکس العمل)
۳۷	فصل دوم - برآورد هوش احساسی معلم
۳۷	نمونه‌های اردو کلاس
۴۰	خوراگاهان
۴۲	گسترش آگاهی
۴۴	کنترل کردن احساسات (در حل مهارت)
۴۷	خطر و خشم
۴۹	خود اشنیاقی - خود انگیزی
۵۱	کمک به معلمان در جهت خود اشنیاقی
۵۵	همدلی
۵۸	معلم همدل
۶۱	اداره‌ی روابط (روابط مرتبط)
۶۷	فصل سوم - خلق محیطی مناسب جهت آموختن
۶۸	امروز من مریض هستم
۷۰	خلق کردن و تداوم (ایجاد) محیط مناسب و خوب
۷۰	رابطه شاگرد و معلم
۷۱	ایجاد محیطی شاداب برای بچه‌ها
۷۲	با صدای بلند عبارات و جملات را ادا کردن

روابط هم‌سن و سالان	۷۳
توسعه و پیشرفت هدفمندی قاعده‌های کلاس	۷۵
باور کردن قوانین	۷۶
کلاس متعهد ما	۷۷
پیشرفت روال عادی کلاسی	۷۹
حق انتخاب را به شاگردان دادن	۷۹
احساس رضایتمندی معلمین از بوجود آوردن تغییرات	۸۰
تمرین کنیا	۸۱
محدوده ما	۸۱
فهمیدن و به باور رسیدن اینکه ما همگی مهم هستیم	۸۲
فعالیت‌های محبت‌آمیز	۸۴
در این جا قلدری نه	۸۵
عکس‌العمل یک معلم	۸۶
تنوری مربوط به هوش هیجانی (EQ)	۸۶
فصل چهارم - مکان مناسب جهت یادگیری	۸۹
دقت والدین کارل	۸۹
تمرین کنید	۹۲
دماسنج احساس	۹۱
ماسک درست شده برای صورت	۹۵
برخورد معلمین (عکس‌العمل)	۹۵
فصل پنجم - کاهش استرس و اضطراب	۹۷
دوران کودکی آلیس پر از استرس بود	۹۸

۹۹	پایین آوردن و کاهش استرس
۱۰۰	هدیه کاهش استرس چیست؟
۱۰۱	تمرین ذهنی (سفر ذهنی)
۱۰۳	فصل ششم - سمینار و گردهمایی کلاسی
۱۰۴	هرکمی جایی می تواند در نقاشی من داشته باشد
۱۰۶	گردهمایی کلاسی چیست؟
۱۰۷	تمرین کنید
۱۰۷	صحبت کردن با بدای بلند
۱۰۷	اهداف این گرد مایه
۱۰۸	گروه های کوچک - موضوعات مهم نشست ها
۱۰۹	برخورد معلمین (عکس "عمل")
۱۱۰	تنوری IQ
۱۱۱	فصل هفتم - روزنامه دیواری
۱۱۲	جملات توانمند احمد
۱۱۳	خود را بشناسید
۱۱۴	تمرین کنید
۱۱۶	استفاده کردن صحیح از اتفاقات رخ داده و عبرت گرفتن
۱۱۶	بیان عواطف و احساسات
۱۱۷	نقل های خوشحال کننده
۱۱۷	کاربرد بی درنگ روزنامه دیواری
۱۱۸	جزئیات
۱۱۸	سوال های زیر را جواب دهید

- ۱۱۸ چگونگی استفاده و کاربرد مقاله برای ترقی و ترفیع
- ۱۲۱ فصل هشتم - داستان نویسی
- ۱۲۲ ورود یک شاگرد جدید به کلاس خانم لویز
- ۱۲۳ کتاب درمانی چیست؟
- ۱۲۴ اشیاء و لوازم (کتاب درمانی)
- ۱۲۵ مزایای مفاد آن برای شاگردان
- ۱۲۶ تمرین کنید
- ۱۲۶ فعالیت گروهی های ۲ چک
- ۱۲۷ مشکلات شخصی
- ۱۲۸ نقطه نظرات نویسندگان
- ۱۲۸ هوش هیجانی و موارد مربوط به آن
- ۱۳۱ فصل نهم - خواندن شعر
- ۱۳۲ شعر و آهنگ جیسون
- ۱۳۲ شعر وسیله ای در جهت بالا بردن هوش هیجانی است
- ۱۳۳ شعر حس نوع دوستی و همدلی را افزایش می دهد
- ۱۳۴ تمرین کنید
- ۱۳۴ گام های ترویج احساسات ادبی
- ۱۳۴ دو صدایی در اشعار و آهنگ ها
- ۱۳۵ اشعار نامنظم
- ۱۳۶ تابلو اعلانات
- ۱۳۶ تئوری هوش هیجانی (هوش معنوی)
- ۱۳۷ روبرویی مشکل با مشکلاتش

- استفاده از طنز و تئاتر در بهبودی رفتار شاگردان ۱۴۰
- برخورد معلمین (عکس العمل) ۱۴۰
- فصل دهم - بالا بردن هوش معنوی توسط آواز و آهنگ ۱۴۳
- ساختن موزیک توسط پانولو ۱۴۳
- با آهنگ، عقاید و خصوصیات خود را ابراز کردن ۱۴۵
- تمرین کنید ۱۴۶
- آهنگ و مربی‌ها را گوش کنید و گام‌ها را بردارید ۱۴۶
- احساسات در کمال ۱۴۷
- احساسات خوب بایند ۱۴۷
- احساسات ناخوشایند ۱۴۷
- آوازهای ساخته شده را در تخته ساختن ۱۴۷
- موسیقی را بسازید ۱۴۷
- هوش معنوی ۱۴۸
- برخورد معلمین (عکس العمل) ۱۴۸
- فصل یازدهم - هوش معنوی را به دراز طریق بیان کردن ۱۴۹
- اجرای نمایش احساسی در کلاس خانم یورز ۱۵۰
- تمرین کنید ۱۵۰
- سناریوهای مختلف ۱۵۰
- ساختن عروسک ۱۵۱
- توسعه و پیشرفت اسکرپت بازی ۱۵۲
- نظرات وابسته به هوش معنوی ۱۵۲
- برخورد معلمین (عکس العمل) ۱۵۳

فصل دوازدهم - پرورش هوش معنوی به وسیله هنر ...	۱۵۵
نقاشی های مگی	۱۵۶
هنر و هیجان	۱۵۷
تمرین کنید	۱۶۱
یک نمونه سفال	۱۶۱
راهکارهای مناسب	۱۶۱
نقاش کشیدن، و احساسات نوشتاری	۱۶۲
فصل یازدهم - پروژه های تحقیقی	۱۶۵
بخش سرد بیمارستان	۱۶۵
بوجود آوردن فرصت های یادگیری در زندگی واقعی	۱۶۸
تقسیم کردن کودکان به گروه های کوچک تر	۱۷۰
رابطه صمیمانه	۱۷۲
مسائل مربوط به هوش معنوی	۱۷۲
برخورد معلمین (عکس العمل)	۱۷۳
فصل چهاردهم - رابطه خانه و مدرسه	۱۷۵
داستان برایان	۱۷۶
همکاری خانه و مدرسه و هوش معنوی	۱۷۸
ایجاد رضایتمندی والدین	۱۷۸
تمرین کنید	۱۷۸
برنامه خانه و مدرسه	۱۷۹
خبرنامه	۱۸۱
خانواده چرخه زندگی	۱۸۱

۱۸۲	موارد مربوط به هوش معنوی
۱۸۲	برخورد معلمین (عکس العمل)
۱۸۳	فصل پانزدهم - قدرت تخیل و تفکر
۱۸۳	بررسی گذشته با لبخند
۱۸۵	تفکر و اندیشه چیست؟ (انعکاس - پژواک)
۱۸۶	چطور معلمین شاگردان را راهنمایی می کنند تا...
۱۸۷	نقاهت ها، بخت و چرا
۱۸۷	داوطلبان صبر کردن
۱۸۹	من یک عرس هستم
۱۸۹	موارد مربوط به هوش معنوی
۱۹۱	فصل شانزدهم - مشاهده هنر
۱۹۲	نقاشی کردن مرموزانه (اسرارآمیز)
۱۹۴	هنر مشاهده
۱۹۵	چگونه مشاهدات خود را یادداشت می کنید؟
۱۹۶	تمرین کنید
۱۹۶	دفترچه یادداشتی برای مشاهدات تهیه کنید
۱۹۸	فیلم دیدن شاگردان
۱۹۸	استفاده از پوشش (ماسک)
۱۹۹	فصل هفدهم - از کجا باید شروع کرد
۲۰۲	ارزش
۲۰۲	هدف
۲۰۳	معین بودن (Specific)

- ۲۰۴ (Measurable) قابل اندازه گیری بودن
- ۲۰۵ (Attainable) دست یافتنی
- ۲۰۵ (Realistic) واقع بینانه بودن
- ۲۰۶ (Timely) زمانبندی