

جعفرز، سوزان
Jeffers, Susan

ابهام را در آغوش بگیر: کسب آرامش ذهنی در مواجهه با ناشناخته‌ها/
نویسنده سوزان جعفرز؛ مترجم بهار صادقیان؛ ویراستار سمانه عباسی.

تهران: نسل نواندیش، ۱۳۹۸.

۳۲۰ ص: ۲۱/۵×۱۴/۵ س.م.

۹۷۸-۶۲۲-۲۲۰-۱۰۸-۱

فیفا

Embracing uncertainty: achieving peace of mind as we face the unknown. 2017
عنوان اصلی:

کسب آرامش ذهنی در مواجهه با ناشناخته‌ها.

عدم یقین — جنبه‌های روانشناسی

Uncertainty — Psychological aspects

کیفیت زندگی — جنبه‌های روانشناسی

Quality of life — Psychological aspects

صادقیان، بهار، مترجم

عباسی، سمانه، ۱۳۹۲ — ویراستار

BF۴۶۳

۱۵۸/۱

۵۸۸۸۱۷۰

ابهام را در آغوش بگیر

نویسنده: دکتر سوزان جعفرز

مترجم: بهار صادقیان

ویراستار: سمانه عباسی

بازخوان نهایی: نسترن حسین‌پور

صفحه‌آرا: افسانه حسن‌بیگی

طراح جلد: سمانه محمدی

ناشر: نسل نواندیش

شمارگان: ۱۰۰۰ جلد

نوبت چاپ: اول

سال چاپ: ۱۳۹۸

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۲۲۰-۱۰۸-۱

ISBN: 978-622-220-108-1

کتاب‌های مورد نیاز خود را از فروشگاه انتشارات نسل نواندیش تهیه فرمایید.

نشانی فروشگاه نسل نواندیش: میدان ولیعصر - ابتدای کریمخان - پلاک ۳۰۸

تلفن: ۸۸۹۴۲۲۴۷ - ۹

www.naslenowandish.com

info@naslenowandish.com



NasleNowAndish

انتشارات نسل نواندیش

<https://telegram.me/naslenowandish>

فهرست

۱۵	تقدیر و تشکر
۱۹	معرفی: چه میوه‌ای را برای زندگی انتخاب می‌کنید؟
۳۳	بخش اول: مسافت کنجکامی
۴۷	بخش دوم: قدرت اعمال ارزش شک
۷۱	بخش سوم: رهایی از راسبگی
۹۷	بخش چهارم: افزایش شانس بردن
۱۲۳	بخش پنجم: آموختن را در آغوش بگیر
۱۴۳	بخش ششم: گردآوری قهرمانان
۱۶۹	بخش هفتم: یافتن معنا و هدف زندگی‌تان
۱۹۷	بخش هشتم: در آغوش گرفتن ابهام نهایی
۲۲۱	بخش نهم: لذت بردن از ضیافت!
۲۴۹	بخش دهم: بگذارید خداوند نگران امور باشد
۲۷۱	بخش یازدهم: دنیایی از خبرهای خوب ایجاد کنید
۲۹۵	بخش دوازدهم: آماده باشید!
۳۱۱	سخن آخر: هر آنچه هست را بیاور!
۳۱۹	در آغوش گرفتن تمرینات!