



چرا خونست؟

تهیه و تنظیم:

آنته‌شارات استادان

مؤلف:

مریم دُری

سرشناسه: دُزّی، مریم، ۱۳۵۹
عنوان و نام پدید آور: چرا خشونت؟ - مریم دُزّی
نهی و تنظیم: انتشارات استادان قلم
مولف: مریم دُزّی
مشخصات نشر: تهران، استادان قلم، ۱۳۹۳
مشخصات ظاهری: ۶۴ صفحه، مصور ۱۲×۱۹/۵ س. م.
شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۶۲۰۱-۳۹-۹
وضعیت فهرست‌نویسی: فیا
موضوع: خشم
شناسه افزوده: انتشارات استادان قلم
موضوع: کنترل (روان شناسی)
رده‌بندی کنگره: ۱۳۹۳: ۴۴۴/۵خ BF۵۷۵
رده‌بندی دیویی: ۱۵۲/۴۷
شماره کتاب‌شناسی ملی: ۳۴۵۰۱۹۶



مسئله‌ییت قدم به قدم با استادان قلم

انتشارات استادان قلم

نام کتاب: چرا خشونت؟
مؤلف: مریم دُزّی
ویراستار ادبی: مریم زری باف
ناشر: استادان قلم
مدیر مسئول: مریم زری باف
نوبت چاپ: اول - ۹۲
شمارگان: ۱۰۰۰ جلد
طراحی جلد و نشانه: آمنه زری باف، امیر یاقری شایسته
لیتوگرافی و صحافی: رامین
تایپیست و صفحه‌آرا: بهناز پیشکار
قیمت: ۶۰۰۰ تومان
شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۶۲۰۱-۳۹-۹

(کلیه حقوق برای ناشر محفوظ است و هرگونه نسخه برداری پیگرد قانونی دارد.)

تلفن مرکز پخش کتاب: ۰۹۱۲۳۱۷۷۹۶۸ - ۶۶۴۷۷۸۱۷

پیامک تبلیغاتی: ۶۷۶۶۷۶ ۳۰۰۰۶۷۰۸

E-mail: info@ostadaneghalam.com

www.ostadaneghalam.com

آدرس: انقلاب-۱۲ فروردین - ساختمان فروردین - طبقه ۳ - واحد ۱۰

آنچه که پیش‌رویتان است مجموعه‌ای است از تعریف ملی خشم و راهکارهای مقابله با آن و اذکار ائمه اطهار در مورد پیش‌گیری از خشم و کم کردن اثر آن در زندگی است امیدوارم که از نوشته‌های این کتاب بهره خوبی نمائید و از همکار عزیزم خانم مریم دری‌باف که اینجانب را در گردآوری و تدوین این کتاب یاری نموده‌اند کمال تشکر را دارم.

مریم دری

www.ketab.ir

قه‌رست مطالب

صفحه	عنوان
۵	خشم.....
۶	علل خشم.....
۱۱	با خشم خود چه کار می‌کنیم؟.....
۱۶	داشتن یک هم‌باز.....
۱۸	روش‌های مدیریت خشم.....
۲۱	انواع و اقسام پرخاشگری.....
۲۸	بیشتر بدانیم.....
۴۴	تأثیر عوامل محیطی.....
۴۹	تأثیرات خشم از نظر پزشکی.....
۵۲	رفتارهای درست.....
۶۲	نتیجه: چند توصیه مهم برای ارتباط با افراد عصبی و خشن.....