

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

آموزش مهارت های زندگی

کنترل خشم

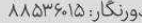
www.ketab.ir



وزارت آموزش عالی و تحقیقات
تألیف: دکتر محمد علی محمدی
ترجمه: دکتر محمد علی محمدی



شماره کتابشناسی ملی: ۶۱۹۵-۲۶



فهرست مطالب

www.ketab.ir

کلیات و شیوه آموزش

۷

مهارت کنترل خشم چیست؟

۲۳

جلسه اول

۲۵

جلسه دوم

۳۷

جلسه سوم

۴۵

منابع

۵۴

پیشگفتار

از نگاه جامعه‌شناسانه، مسائل اجتماعی عصر اطلاعات را نمی‌توان دور از ساختارها و بسترهای جهانی بررسی و شناسایی کرد. مسائل انسانی ایران امروز، در سطح جهانی-محلی تعین می‌یابد و بر این اساس آسیب‌شناسی اجتماعی به منزله‌ی تابعی از مقوله‌ی عام «شناخت مسائل اجتماعی»، لاجرم راهکارها و الزامات نظری ویژه‌ای دارد و برای جلوگیری از این‌گونه آسیب‌ها باید از دوران کودکی و نوجوانی برنامه‌ریزی نمود.

از آنجا که دیرزمانی است دنیای غرب، نوجوانان و جوانان ایران اسلامی را هدف قرار داده و با تهاجم فرهنگی، درصدد انحطاط فرهنگ اسلامی-ایرانی کشور عزیزمان است و با توجه به اینکه سال‌هاست مبحث پیش‌گیری از آسیب‌های اجتماعی در ایران، از دغدغه‌های جدی مقام معظم رهبری (مدظله‌العالی) می‌باشد؛ توجه به پیش‌گیری از آسیب‌های اجتماعی در دستور کار ستاد هماهنگی کانون‌های فرهنگی هنری مساجد کشور (فهما) قرار گرفته است.

بدین منظور طرح ملی سفیران اجتماعی با هم‌افزایی ستاد فهما، وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی و وزارت کشور و به منظور احیاء کارکرد اجتماعی مساجد درحال اجراست و طبیعی است برای اجرای این طرح، نیازمند محتوای غنی و مفیدی بودیم تا بتوانیم شرکت‌کنندگان در این طرح را ضمن آموزش، با آسیب‌های اجتماعی آشنا نماییم.