

۲۱۷۶۵۰۴

تقویت هوش هیجانی در کودکان

نویسنده: شهناز بهمن - هلن مافی

مترجم: فروزان کشیری



سرشناسه	بهمن، شهناز، ۱۳۳۶ -- Bahman, Shahnaz
عنوان و نام پدیدآور	تقویت هوش هیجانی در کودکان / نویسنده شهناز بهمن، هلن مافی [صحیح، مافی]
مترجم	فروزان کثیری.
مشخصات نشر	تهران، فصل اندیشه، ۱۳۹۹.
مشخصات ظاهری	۱۸۶ ص.
شابک	978-622-97843-0-3
وضعیت فهرست نویسی	فیبا.
یادداشت	عنوان اصلی، c2008، Developing children's emotional intelligence
موضوع	یادگیری -- روان شناسی
موضوع	هوش هیجانی -- فعالیتهای فوق برنامه
شناسه افزوده	مافی، هلن -- Maffini, Helen
رده بندی کنگره	LB۱۰۶۰
رده بندی دیویی	۱۵۳۴/۳۷۰
شماره کتابشناسی ملی	۷۵۰۳۸۳۷



تقویت هوش هیجانی در کودکان

نویسنده: شهناز بهمن - هلن مافی

مترجم: فروزان کثیری

صفحه آرا: ز. لطفی

ناظر فنی چاپ: مهدی محمودی

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۹۷۸۴۳-۰-۳

شمارگان: ۵۰۰ نسخه

سال چاپ: اول ۱۴۰۰

قیمت: ۵۶۰۰۰ تومان

شماره تماس: ۰۹۱۲۲۴۴۰۹۶۲ - ۰۲۱-۶۶۴۷۶۵۸۳

 www.fasleandisheh.ir

 [fasleandisheh.publications](https://www.instagram.com/fasleandisheh.publications)

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

فهرست

۱۳.....	سخنی از مترجم
۱۵.....	مقدمه
۱۹.....	توضیح لازم
۱۹.....	خصایص روانی کودکان و نوجوانان
۲۱.....	هنر شناخت کودکان و نوجوانان
۲۳.....	۱) تصویر بزرگ
۲۴.....	رقابت‌های رودروی و متقابل بچه‌ها و شاگردان
۲۴.....	آنچه که مدارس بایستی روی آن متمرکز شوند
۲۵.....	چرا (هوش هیجانی)
۲۶.....	EQ چیست؟ چگونه می‌توانیم آن را در بچه‌ها توسعه دهیم؟
۲۸.....	رشد هیجانی در دوران کودکی
۳۰.....	رشد هیجانی در مدرسه ابتدایی
۳۱.....	در مدارس ابتدایی باید این ارتباط دنبال شود
۳۱.....	برخورد معلمین (عکس‌العمل)

۲) برآور هوش هیجانی معلم ۳۳

نمونه‌ای از دو کلاس ۳۳

خودآگاهی ۳۶

گسترش خودآگاهی ۳۸

کنترل کردن احساسات (کنترل مهارت) ۴۰

خطرو خشم ۴۲

خود اشتیاقی - خود انگیزشی ۴۴

کمک به معلمان در جهت خود اشتیاقی ۴۶

همدلی ۴۹

معلم همدل ۵۲

اداره‌ی روابط (روابط مرتبط) ۵۵

سؤالات مطرح شده در این زمینه ۵۸

۳) خلق محیطی مناسب جهت آموختن و یادگیری ۵۹

امروز من مریض هستم ۶۰

خلق کردن و تداوم (ایجاد) محیط مناسب و خوب ۶۱

رابطه شاگرد و معلم ۶۲

ایجاد محیطی شاداب برای بچه‌ها ۶۳

با صدای بلند عبارات و جملات را ادا کردن ۶۴

روابط هم‌سن و سالان ۶۵

توسعه و پیشرفت هدفمندی قاعده‌های کلاس ۶۶

باور کردن قوانین ۶۷

کلاس متعهد ما ۶۸

- پیشرفت روال عادی کلاسی ۷۰
- حق انتخاب را به شاگردان دادن ۷۰
- احساس رضایتمندی معلمین از بوجود آوردن تغییرات ۷۱
- تمرین کنید ۷۲
- فعالیت‌های محبت‌آمیز ۷۴
- عکس‌العمل يك معلم ۷۶
- تنوری مربوط به هوش هیجانی (EQ) ۷۶
- سؤالات مطرح شده در این زمینه ۷۷
- ۴) مکان مناسب جهت یادگیری** ۷۹
- دقت والدین کارل ۸۰
- تمرین کنید ۸۲
- برخورد معلمین (عکس‌العمل) ۸۵
- سؤالات مطرح شده در این زمینه ۸۶
- ۵) کاهش استرس و اضطراب** ۸۷
- دوران کودکی آلیس پراز استرس بود ۸۸
- پایین آوردن و کاهش استرس ۸۹
- هدیه کاهش استرس چیست ؟ ۹۰
- تمرین ذهنی (سفر ذهنی) ۹۱
- ۶) سمینار و گردهمایی کلاسی** ۹۳
- هرکسی می‌تواند در نقاشی جایی من داشته باشد ۹۳
- گردهمایی کلاسی چیست ؟ ۹۵

- ۹۶ تمرین کنید
- ۹۷ اهداف این گردهمایی‌ها
- ۹۸ گروه‌های کوچک . موضوعات مهم نشست‌ها
- ۹۹ برخورد معلمین (عکس‌العمل)
- ۹۹ تئوری IQ
- ۹۹ سؤالات مطرح شده در این زمینه

۷ (روزنامه دیواری

- ۱۰۲ جملات توانمند احمد
- ۱۰۳ خود را بشناسید
- ۱۰۴ تمرین کنید
- ۱۰۶ استفاده کردن صحیح از اتفاقات رخ داده و عبرت گرفتن
- ۱۰۶ بیان عواطف و احساسات
- ۱۰۷ نقل‌های خوشحال کننده
- ۱۰۷ کاربرد بی‌درنگ روزنامه دیواری
- ۱۰۸ سؤال‌های زیر را جواب دهید
- ۱۰۸ چگونگی استفاده و کاربرد مقاله برای ترقی و ترفیع

۸ (قصه‌گویی

- ۱۱۱ ورود يك شاگرد جدید به کلاس خانم لویز
- ۱۱۲ کتاب درمانی چیست ؟
- ۱۱۴ اشیاء و لوازم (کتاب درمانی)
- ۱۱۵ مزایا و مفاد آن برای شاگردان

تمرین کنید	۱۱۵
مشکلات شخصی	۱۱۷
نقطه نظرات نویسنده	۱۱۷
هوش هیجانی و موارد مربوط به آن	۱۱۸
سؤالات مطرح شده در این زمینه	۱۱۸
(۹ خواندن شعر	۱۱۹
شعر و آهنگ جیسون	۱۲۰
شعر وسیله‌ای در جهت بالا بردن هوش هیجانی است	۱۲۰
شعر حس نو دوستی و همدلی را افزایش می‌دهد	۱۲۱
تمرین کنید	۱۲۲
گام‌های ترویج احساسات ادبی	۱۲۲
دو صدایی در اشعار و آهنگ‌ها	۱۲۲
اشعار نامنظم	۱۲۳
تابلو اعلانات	۱۲۳
تنویری هوش هیجانی (هوش معنوی)	۱۲۴
روبرویی میشل با مشکلاتش	۱۲۵
استفاده از طنز و تئاتر در بهبودی رفتار شاگردان	۱۲۷
برخورد معلمین (عکس العمل)	۱۲۷
سؤالات مطرح شده در این زمینه	۱۲۷
(۱۰ بالا بردن هوش معنوی توسط آواز و آهنگ	۱۲۹
ساختن موزیک توسط پائولو	۱۲۹

- با آهنگ، عقاید و خصوصیات خود را ابراز کردن ۱۳۱
- تمرین کنید ۱۳۱
- هوش معنوی ۱۳۴
- برخورد معلمین (عکس العمل) ۱۳۴

۱۱) هوش معنوی را به صورت درام و طنز بیان کردن ۱۳۵

- اجرای نمایش احساسی در کلاس خانم یورز ۱۳۶
- تمرین کنید ۱۳۶
- ساختن عروسک ۱۳۷
- نظرات وابسته به هوش معنوی ۱۳۸
- برخورد معلمین (عکس العمل) ۱۳۸

۱۲) پرورش هوش معنوی به وسیله هنر ۱۳۹

- نقاشی‌های مگی ۱۴۰
- هنر و هیجان ۱۴۱
- تمرین کنید ۱۴۵
- راهکارهای مناسب ۱۴۵
- نقاشی کشیدن، و احساسات نوشتاری ۱۴۶
- سؤالات مطرح شده در این زمینه ۱۴۶

۱۳) پروژه‌های تحقیقی ۱۴۷

- بخش سرد بیمارستان ۱۴۷
- بوجود آوردن فرصت‌های یادگیری در زندگی واقعی ۱۵۰
- تقسیم کردن کودکان به گروه‌های کوچک‌تر ۱۵۲

مقدمه

امیدواریم در این کتاب بتوانیم تجربیات مان را در زمینه آموزش هوش هیجانی بچه ها و به طور علمی در جهت تشویق، و تحریک کردن رفتار آن ها که می تواند به آسانی در بیشتر کلاس ها گنجانده شود را به رشته تحریر در بیاوریم.

همه ما به این موضوع اعتقاد داریم و باور داریم که اولین گام آموزشی هر کودکی باید در جهت خلق احساس آرامش، امنیت و خوشی بی شائبه کودک باشد. فقط می خواهیم آموزش دادن صحیح را در هر مکانی داشته باشیم. ما ملاقاتی داشتیم حدود سه سال پیش با هلن، زمانی که او به بحرین آمده بود. چندین پروژه تحقیقی، شامل این کتاب فرصتی شد که با یکدیگر در کنفرانس های بین المللی پیرامون موضوعات این کتاب شرکت کنیم. در نهایت دوستی عمیقی بین ما حاصل شد. گرچه هر دو نفر ما در کشورهایی جدا از هم زندگی می کنیم، ولی با تلفن و اینترنت و گاهی مواقع نیز در مکان هایی یکدیگر را ملاقات و با یکدیگر رابطه تنگاتنگی داریم.