

۲۱۶۴۲۹۵



آگاهی عورت نفس کودکان، نوجوانان، جوانان و تقویت آن

نویسندگان:

کریم دلاویز

غلامحسین انتصار فومنی

فریبا معدنی پور

نشر مانیان

سرشناسه
عنوان و نام پدید آور : آگاهی عزت نفس کودکان، نوجوانان، جوانان و تقویت آن/ نویسندگان کریم دلاویز، غلامحسین انتصار فومنی، فریبا معدنی پور؛ ویراستار شعله دلکانی.

مشخصات نشر : تهران: مانیان، ۱۳۹۹.

مشخصات ظاهری : ۴۸ ص: جدول؛ ۱۴×۲۱×۵ س.م.

فرسوت: سواد والدین؛ ۴.

شابک : ۹۷۸-۶۲۲-۷۳۲۱-۲۳-۴.

و رعیت فهرست نویسی : فیا

یا : آزمون عزت نفس

موضوع : عزت نفس

Self-esteem: موضوع

عزت نفس نوجوانان: موضوع

Self-esteem in adolescence: موضوع

آزمون عزت نفس کوپر اسمیت: موضوع

Coopersmith Self-Esteem Invento: موضوع

شناسنامه افزوده : معدنی پور، فریبا، ۱۳۴۷ -

شناسه افزوده : سواد والدین، غلامحسین، ۱۳۳۷ -

رده بندی کنگره : ۵۱۷.۷۲۴

رده بندی دیویی : ۱/۱۵۸

سواد والدین (۴) - آگاهی عزت نفس کودکان، نوجوانان، جوانان و تقویت آن

مؤلف تدوین: کریم دلاویز - روانشناس و متخصص تربیتی / غلامحسین انتصار فومنی، فریبا معدنی پور

ویراستار : شعله دلکانی

ناشر : مانیان، تهران.

چاپ اول : ۱۳۹۹

تیراژ : ۱۰۰۰ جلد

قطع : رقعی

چاپ : اول

طراح جلد : مریم جعفری مراد

قیمت : ۱۴۵۰۰۰ ریال

شابک : ۹۷۸-۶۲۲-۷۳۲۱-۲۳-۴



Maniyan.ir

۰۲۱۵۵۱۳۸۵۹۱

۰۹۱۰۴۱۲۱۹۶۱

نشر

مانیان

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۵	سخن مولف.
۹	مقدمه
۱۳	عزت نفس چیست؟
۱۵	عزت نفس در کودکان
۱۶	عوامل و منبع عزت نفس
۲۳	ابزار سنجش عزت نفس
۲۳	آزمون عزت نفس کوپر است
۲۶	- محتوای پرسشنامه عزت نفس کوپر است
۳۱	- شیوه نمره گذاری آزمون سوپر است
۳۳	پرسشنامه عزت نفس روزنبرگ
۳۵	- محتوای پرسشنامه
۳۳	- شیوه نمره گذاری پرسشنامه عزت نفس روزنبرگ
۳۶	راههای تقویت عزت نفس
۳۹	ضمائم
۴۱	- پرسشنامه افسردگی کودکان ماریا کواس
۴۶	منابع و مأخذ

سخن مؤلف:

سلام عرض ادب خدمت شما والدین عزیز؛
امروزه وندیدیم در پهنای هوش و استعداد بچه‌هایشان بخصوص کودکانشان
قدم‌های محکم‌تر و اثرثرتری نسبت به گذشته برمی‌دارند و انتظاراتشان در
زمینه کارآمدی فرزندان‌شان بالاتر رفته است. آنها دریافته‌اند که در
وضعیت کنونی، باید تفکر و اندیشه کودکان و نوجوانان را در سطوح بالاتری
پرورش داد در واقع بهتر است این چنین بیندیشیم که بایستی کودکان را
در برابر مشکلات و مسائل روانی واکسینه نم‌ییم. این کار با آموزش به آنها
عملی می‌گردد؛ از جمله: توانایی‌هایی نظیر تصمیم‌گیری، حل مسئله، تفکر
خلاق، تفکر انتقادی، روابط مؤثر اجتماعی، خودشناسی، اعتماد و کنار
آمدن با هیجان‌ها، فشارهای روانی و غیره... است. در نتیجه بچه‌ها
می‌آموزند که در دنیای پیشرفته و پیچیده کنونی، چگونه زندگی نمایند تا
از آسیب‌پذیری کمتری برخوردار باشند. خیلی خوشحالم از اینکه اولین و

مهم‌ترین گام را برای کشف و شناخت یکی از بزرگترین سرمایه‌های وجودی خود (رابطه، همسر و فرزندان) برداشتید. از همین لحظه شما همزمان با خواندن این کتاب یک کارگاه عملی و عینی را تجربه خواهید کرد. برای شروع لطفاً تاریخ و ساعتی را که اکنون در حال خواندن متن کتاب هستید را انتخاب کنید و این تصمیم، اراده و اعتماد بنفس شما و مطالب این کتاب، تاریخ و ساعتی را که نداشت می‌کنید سرآغاز اتفاقات مثبت و تفکرات مفید و شگفتانه‌ای باشد که بر زندگی شما و اطرافیانتان تأثیرگذار باشد. این شروع برای خیلی از والدینی که در ادامه سلسله مباحث سوادوالدینی، سرگذشت زندگی‌شان را بازگو خواهند کرد اتفاق افتاده و دقیقاً به یاد می‌آورند که چطور شد چنین تصمیم گرفتند و اکنون که به آن زمان فکر می‌کنند آن روز و زمان و ساعت را بهترین زمان برای خود می‌دانند، اولین و کوچک‌ترین تغییری که بلافاصله بعد از خواندن و انجام تمرین کتاب‌ها اتفاق خواهد افتاد. از شما خوانندگان محترم کتاب‌های سلسله مباحث سوادوالدینی تقاضا می‌کنم برای رسیدن به نتیجه مناسب و

یادگیری و همچنین صرفه جویی هزینه و وقت برای بیش از دو جلسات اولیه مشاوره، تکنیک‌ها و مهارت‌ها و مطالب این کتاب را گام‌به‌گام و به تدریجی سر فصل‌ها مطالعه نمایند. با توجه به اینکه مطالب سلسله مباحث سواد والدین برای اولین بار به این شکل ارائه می‌شود، از نظرات و پیشنهادات شما عزیزان در ادامه راه به نحوه شایسته و بایسته استفاده خواهد شد و سهم شما تأثیرگذاری بیشتری برای تهیه و تنظیم عناوینی که والدین و اطرافیان با کاستی‌های مسائل آموزشی مواجه هستند خواهد بود.

کریم دلاویز / روانشناس و متخصص تربیتی

Delaviz.k@gmail.com