

کاهش خطا بعد از سی سالگی
هوشیاری بعد از سی سالگی و قبل از آن

www.ketab.ir

زیبا نقی زاده

سرشناسه : نقی زاده، زیبا، ۱۳۵۹-

عنوان و نام پدیدآور : کاهش خطا بعد از سی سالگی / تالیف و گردآوری زیبا نقی زاده.

مشخصات نشر : تهران: موسسه آموزشی تالیفی ارشدان، ۱۴۰۰.

مشخصات ظاهری : ۷۶ ص.

شابک : ۹۷۸-۶۲۲-۰۸۱۸-۹۲-۲

وضعیت فهرست نویسی : فیبا

موضوع : راه و رسم زندگی

Conduct of life

راه و رسم زندگی -- جنبه‌های روانشناسی

Conduct of life -- Psychological aspects

رده بندی کنگره : ۱۵۸۸BJ

رده بندی دیویی : ۴۴/۱۷۰

شماره کتابشناسی ملی : ۸۵۶۸۵۴۷

اطلاعات رکورد کتابشناسی : فیبا

ارشدان

مؤسسه آموزشی تالیفی ارشدان

کاهش خطا بعد از سی سالگی

زیبا نقی زاده

آموزشی تالیفی ارشدان

اول

اول ۱۴۰۰

۹۷۸-۶۲۲-۰۸۱۸-۹۲-۲

۱۰۰۰

www.arshadan.com

www.arshadan.net

۰۲۱۴۷۶۲۵۵۰۰

۲۰۰۰۰ تومان

■ نام کتاب:

■ تالیف و گردآوری:

■ ناشر:

■ ویرایش:

■ نوبت چاپ:

■ شابک:

■ شمارگان:

■ مرکز خرید آنلاین:

■ مرکز پخش و توزیع:

■ قیمت:

۱۱.....	مقدمه
۱۳.....	فصل اول: واقع نگری
۱۳.....	واقع نگر باشیم!
۱۴.....	متعصب نباشیم!
۱۵.....	دنبال مقصر نباشیم!
۱۵.....	زندگی یک بازی نامحدود است
۱۶.....	به خودمان دروغ نگوئیم!
۱۷.....	قابلیت تجدیدنظر
۱۷.....	اعتماد به نفس همراه با شایستگی
۱۸.....	ضمیر دیکتاتور ما!
۱۹.....	سرسختی، دشمن اعتماد به نفس!
۲۰.....	در جستجوی خوشبختی
۲۱.....	میان سالی
۲۲.....	تفکر عقلانی
۲۲.....	روش های کنترل احساسات
۲۳.....	جستجوی ارزشمندی
۲۳.....	خودپذیری
۲۴.....	در جستجوی موفقیت
۲۵.....	مسئولیت پذیری

- ۲۵.....پذیرش واقعیت
- ۲۶.....کمک به خودمان
- ۲۶.....راه سخت‌تر
- ۲۸.....سیاه‌وسفید
- ۲۹.....توهم آگاهی
- ۲۹.....خاطرات ما
- ۳۰.....مغز گمراه‌کننده
- ۳۰.....خرافات
- ۳۱.....دو سیستم تفکر
- ۳۲.....خوش‌بینی
- ۳۳.....تنفر از باخت
- ۳۳.....نیمکره راست و چپ مغز
- ۳۴.....خوب یا عالی؟
- ۳۴.....قدرت بدی
- ۳۵.....اهمیت اعتماد
- ۳۶.....بدبینی
- ۳۶.....پیروزی‌های کوچک
- ۳۷.....توجه به اصل
- ۳۸.....شانس
- ۳۸.....پشیمانی

۳۹	رؤیای پردازی
۴۰	الگوی woop
۴۱	برون گرا و درون گرا
۴۱	تواضع
۴۲	کار زیاد
۴۵	فصل دوم: تفکر نقاد
۴۵	درست فکر کردن
۴۶	ناهماهنگی شناختی
۴۷	ابزارهای درست فکر کردن
۴۹	توقعات ما
۵۱	پرسش نامه هوش هیجانی شات
۵۷	فصل سوم: خطاهای شناختی
۵۷	خطاهای شناختی
۵۸	ده راه برای سالم اندیشی
۶۰	تله های زندگی
۶۱	مراحل تغییر تله زندگی
۶۲	سوگیری ها
۶۳	دو نوع طرز فکر
۶۴	تعقل بعد از سی سالگی
۶۵	دیدنی جدید به زندگی