

اثر بخشی بسته آموزشی

مدیریت خشم و حل مسئله

جلد (۲)

به اهتمام:

دکتر محسن شکوهی یکتا - استاد دانشگاه تهران

نویسندگان

دکتر محسن شکوهی یکتا

فهیمة قهوهچی الحسینی

دکتر سعید اکبری زردخانه

دکتر ندا فراهینی

دکتر خدیجه شاه محمدی

- سرشناسه : شکوهی یکتا، محسن، ۱۳۳۸-، گردآورنده
- عنوان و نام پدیدآور : مجموعه مقالات اثربخشی برنامه آموزشی مدیریت خشم و حل مسئله به اهتمام محسن شکوهی یکتا نویسندگان محسن شکوهی یکتا... [و دیگران]
- مشخصات نشر : تهران مؤسسه فرهنگی هنری تربیت نوین ۱۳۹۷.
- مشخصات ظاهری : ۲ج:جدول.
- شابک : شابک دوره ۷-۴-۳۲-۹۹۰۶۲۲-۹۷۸ ج ۱. ۴-۵-۳۲-۹۹۰۶۲۲-۹۷۸
- ج ۲. ۶-۱-۳۲-۹۹۰۶۲۲-۹۷۸
- وضعیت فهرست نویسی : فیپا
- یادداشت : نویسندگان محسن شکوهی یکتا، سعید اکبری زردخانه، فهیمه قهوه چی، خدیجه شاه محمدی، ندا فراهینی.
- یادداشت : کتابنامه.
- موضوع : خشم- مدیریت- مقاله ها و خطابه ها
- موضوع : Anger- Management- Addresses- essays- lectures
- موضوع : خشم- پیشگیری- مقاله ها و خطابه ها
- موضوع : Anger- Prevention- Addresses- essays- lectures
- موضوع : کنترل (روانشناسی)- مقاله ها و خطابه ها
- موضوع : Control (Psychology)- Addresses- essays- lectures
- رده بندی کنکره : BF۵۷۵/ش ۸۳۸
- رده بندی دیویی : ۶۲/۴۷
- شماره کتاب شناسی ملی : ۵۵۸۴۴۵۳

نام کتاب:	مجموعه مقالات اثربخشی بسته آموزشی مدیریت خشم و حل مسئله جلد (۲)
به اهتمام:	دکتر محسن شکوهی یکتا
ناشر:	مؤسسه فرهنگی هنری تربیت نوین
تیراژ:	۲۰۰ نسخه
نوبت چاپ:	اول - ۱۳۹۷
قیمت:	۹۰۰۰ تومان
لیتوگرافی، چاپ و صحافی:	دیبیارنگ
شابک دوره: ۷-۴-۳۲-۹۹۰۶۲۲-۹۷۸	ISBN: 978-622-99032-4-7
شابک: ۱-۶-۳۲-۹۹۰۶۲۲-۹۷۸	ISBN: 978-622-99032-6-1

فهرست مطالب

فهرست مطالب	۵
پیشگفتار	۷
تأثیر آموزش حل مسئله و مهار کردن خشم بر روش های تربیتی و سلامت روانی مربیان پیش دبستانی	۹
اثربخشی بسته آموزش مدیریت خشم و حل مسئله بر سلامت روان و سبک های تربیتی مربیان پیش دبستانی	۲۷
تأثیر آموزش مدیریت خشم و روش حل مسئله بر شیوه های تربیتی، کنترل خشم و اضطراب مربیان پیش دبستانی ..	۴۵
اثربخشی آموزش حل مسئله، مدیریت خشم بر سبک های تربیتی، پر خاشگیری و شادکامی مربیان پیش دبستانی	۶۳

پیشگفتار

خشم بخشی از زندگی است و می‌توان گفت سهم آن کمتر از یاد و خاطره‌ای از شادی و حسی از همدردی نیست. خشم بیش از آنکه درباره دیگران باشد بیانگر وجود ما و خلق و خویمان است. اینکه دنیای خود را چطور می‌بینیم، چقدر زندگی‌مان تعادل دارد و تا چه حد می‌توانیم دیگران را به سادگی ببخشیم. ما به اندازه انتخاب رنگ لباسی که می‌پوشیم و چیزی که برای صبحانه می‌خوریم یا ساعتی که امروز بعدازظهر برای دویدن و ورزش کردن می‌رویم، در نوع و چگونگی ابراز خشم خود نیز مختار هستیم. همچنین می‌توان انتخاب کرد که چه اندازه از خشم و عصبانیت روز گذشته را با خود به آینده برد یا حتی فرداً حدوداً تا چه اندازه خشمگین شد.

خشم چیزی نیست که بتوان (یا باید) آن را دور انداخت. بلکه باید آن را به درستی مدیریت کرد، چه در خانه و محل کار و چه در صمیمانه‌ترین روابط. با استفاده از آموزش برنامه‌های مدیریت خشم می‌توان در جهت بهبود روابط میان اعضای هر حل تعارضات خانوادگی گام برداشت. در این راستا، مؤسسه فرهنگی تربیت نوین برنامه «مدیریت خشم» را طی یک پروژه چندساله آموزشی- پژوهشی به شکل یک کارگاه آموزشی آماده‌سازی و اجرا نموده است. این برنامه به همراه برنامه «تربیت کودک اندیشمند» که بر اساس روش حل مساله طراحی و تدوین شده است برای مربیان پیش دبستانی اجرا گردیده و اثربخشی آن در پروژه‌های متعدد پژوهشی مورد ارزیابی قرار گرفته است. نتایج این ارزیابی به شکل مقالات علمی پژوهشی در ژورنال‌های علمی و کنفرانس‌های بین‌المللی ارائه شده است که برخی از آنها در مجموعه حاضر گردآوری شده است و در دسترس علاقمندان قرار می‌گیرد. امید است این سبک کار آموزشی- پژوهشی،

که در آن برنامه‌های روان‌شناختی براساس اصول علمی طراحی و تدوین شده و اثربخشی آن نیز طی مطالعات مختلف علمی بررسی می‌گردد، برای متخصصان حوزه مسائل روان‌شناختی بعنوان یک الگوی علمی موفق مورد استفاده قرار گیرد.

دکتر محسن شکوهی یکتا
استاد دانشگاه تهران

www.ketab.ir