

چگونه با مشکلات مقابله کنم؟...

((راهبردهای مقابله ای و کاربرد آنها))

رقیه عیدی خطیبی



سرشناسه: عیدی خطیبی، رقیه، ۱۳۵۳ -

عنوان و نام پدیدآور: چگونه با مشکلات مقابله کنیم؟...

(راهنمای مقابله‌ای و کاربرد آنها)/ رقیه عیدی خطیبی.

مشخصات نشر: تبریز: نشر سلوی، ۱۳۹۰.

مشخصات ظاهری: ۵۵ ص؛ ۲۱/۵ × ۲۱/۵ سم.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۲۵۵۶-۴-۱

وضعیت فهرست نویسی: فیبا

یادداشت: کتابنامه: ص. ۴۷.

موضوع: روان‌شناسی عملی

موضوع: راه و رسم زندگی -- جنبه‌های روانشناسی

رده بندی کنگره: ۱۳۹۰ چ ۸ ۹/ع ۶۳۶/BF

رده بندی دیویی: ۱۵۸

شماره کتابشناسی ملی: ۲۴۸۵۹۸۹

نوبت چاپ: اول تابستان ۱۳۹۰/تبریز

ناظر چاپ: ساناز حسین زاده

صفحه آرا: ساناز حسین زاده

چاپ: اول

تیراژ: ۵۰۰۰

قطع: ۲۱/۵ × ۲۱/۵ خشتی

فانت: زر،

انتشارات سلوی/تبریز

تعداد صفحات: ۴۵

اثر طرح روی جلد: ساناز حسین زاده

اثر طرح بسم الله: ساناز حسین زاده-هانیه وزیری

قیمت: ۵۵۰۰ تومان

چاپ: افسست پویا ۵۵۵۷۶۱۱

مرکز فروش: تبریز/خیابان شریعتی جنوبی/ایلاتر از پاساژ ضرغامی/اول کوچه مستشار نوم/انتشارات سلوی

تلفن: ۰۴۱۱ ۵۵۴۲۴۹۷

فهرست

صفحه	
۱	مقدمه
۲	- مسائلی که با آن ها مواجه می شویم
۴	- در مقابل مشکلات چه می کنیم
۸	- انواع سبک های مقابله
۲۰	- عوامل مرتبط با راهبردهای مقابله
۲۰	مقابله در خانواده
۲۲	مقابله در مصیبت ها
۲۳	- مقابله و شادکامی
۲۴	مقابله و پیشرفت تحصیلی- شغلی
۲۵	مقابله و بیماری ها
۲۹	- چگونه با مشکلات مقابله کنیم
۴۷	- منابع