

مهارت های اجتماعی

جرات مندی

ویژه مریان

www.ketab.ir

سرشناسه: قنبری پناه، مینو؛ ۱۳۴۷-

عنوان و نام پدیدآور: مهارت‌های اجتماعی ویژه‌ی مربیان جرات‌مندی / گردآورندگان مینو قنبری پناه، داود روستایی، اردشیر دهقانی؛ ناظر محتوا حمیدرضا کفاش؛ [منافع مالی] سازمان دانش‌آموزی جمهوری اسلامی ایران.

مشخصات نشر: تهران: وزارت آموزش و پرورش، معاونت پرورشی، مؤسسه فرهنگی منادی تربیت، ۱۳۹۳.

مشخصات ظاهری: ۶۰ ص.

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۳۴۸-۹۹۵-۳ وضعیت فهرست‌نویسی: فیبا

موضوع: اعتماد به نفس موضوع: معلمان - اخلاق حرفه‌ای

شناسه افزوده: روستایی، داود، ۱۳۵۰ - شناسه افزوده: دهقانی، اردشیر، ۱۳۵۰-

ناظر: کفاش، حمیدرضا، ۱۳۴۰- ناظر

شناسه افزوده: ایران، وزارت آموزش و پرورش، مؤسسه فرهنگی منادی تربیت

شناسه افزوده: سازمان دانش‌آموزی جمهوری اسلامی ایران.

رده‌بندی دیویی: ۱۵۷۱ BF ۵۷۵/۹۱۲۶۰۴ گره: ۵۵۰

شمار کتابفروشی ملی: ۳۷۵



عنوان کتاب: مهارت‌های اجتماعی / جرات‌مندی

تدوین و گردآوری: مینو قنبری پناه / داود روستایی / اردشیر دهقانی

ناظر محتوا: دکتر حمیدرضا کفاش

گرافیک و صفحه‌آرایی: فرج‌دانشنده

ناشر: مؤسسه فرهنگی منادی تربیت

نوبت چاپ: چاپ اول: ۱۳۹۶

شمارگان: ۵۰۰ جلد

قیمت: ۳۰۰۰ تومان

ISBN978-964-348-995-3

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۳۴۸-۹۹۵-۳

نشانی: تهران - خیابان حافظ - پایین‌تر از تقاطع جمهوری اسلامی

نیش کوچه هاتف پلاک ۱ تلفن: ۶۶۷۴۶۰۳۷

Email: pishfar@medu.ir www.pishfar.ir

نشانی ناشر: تهران - خیابان استاد نجات‌الهی بین چهارراه سمیه و طالقانی

کوچه بیمه پلاک ۲۶ نمابر: ۸۸۸۹۴۲۹۰

تجدید چاپ، تکثیر، بخش و عرضه این اثر با اجازه گردآورندگان و سازمان دانش‌آموزی جمهوری اسلامی ایران خواهد بود.
تمامی منافع مالی این اثر به سازمان دانش‌آموزی جمهوری اسلامی ایران تعلق دارد.

۵	فصل اول - کلیات
۶	مقدمه
۷	جرأت مندی
۷	اهداف آشنایی با مهارت جرأت مندی
۸	انواع رفتار جرأت مندانه
۸	عوامل موثر بر جرأت مندی
۹	دلفه های جرأت مندی
۱۰	حقوق اساسی ما
۱۱	فصل دوم - سبک های ارتباطی
۱۲	سبک های ارتباطی
۱۳	- سبک ارتباطی منفعلانه
۱۹	- سبک ارتباطی پرخاشگرانه
۲۵	- سبک ارتباطی جرأت مندانه
۳۷	فصل سوم - مهارت نه گفتن
۳۸	مهارت نه گفتن
۴۲	روش های نه گفتن
۴۳	مقاومت در برابر اعمال فشار دیگران
۴۵	مهارت درخواست کردن
۴۸	مدل چهار مرحله ای رفتار جرأت مندان
۵۰	تکنیک های ویژه جرأت مندی
۵۱	در چه موقعیت هایی رفتار جرأت مندانه مناسب
۵۴	نیست
۵۵	مهارت مواجهه با رفتارهای بی ملاحظه دیگران
۵۷	فصل چهارم - سخن پایانی
۵۸	نکات آموزشی
۵۹	نتیجه گیری
۶۰	منابع