

IQ و EQ و راه‌های افزایش آن

گردآورندگان:

آرمان جوکار

دانش‌آموز پایه‌ی نهم دبیرستان دکتر محمدشفیعی

امیرپارسا صابری

دانش‌آموز پایه‌ی نهم دبیرستان دکتر محمدشفیعی

سرشناسه	:	جوکار، آرمان، ۱۳۸۳ -
عنوان و نام پدیدآور	:	IQ و EQ و راه‌های افزایش آن/گردآورندگان آرمان جوکار، امیرپارسا صابری ؛ ویراستار ادبی راضیه جوهریان ؛ ویراستار علمی سمیه مظفری، نادر سلطانی، مجتبی غلامی.
مشخصات نشر	:	اصفهان: انتشارات امیرفدک، ۱۳۹۷.
مشخصات ظاهری	:	۷۰ ص.
شابک	:	۴۰۰۰۰ رال۷-۱۴-۶۵۳۱-۶۲۳-۹۷۸:
وضعیت فهرست نویسی	:	فیب
عنوان گسترده	:	آکیو و ایکیو و راه‌های افزایش آن.
موضوع	:	هوش
موضوع	:	Intellect
موضوع	:	هوش بهره
موضوع	:	Intelligence level
موضوع	:	هوش هیجانی
موضوع	:	Emotional intelligence
شناسه افزوده	:	صابری، امیرپارسا.
رده بندی کنگره	:	۱۳۹۷ ج۹۱۹/ب۴۳۱
رده بندی دیویی	:	۱۵۳/۹
شماره کتابشناسی ملی	:	۵۵۳۸۷۷۹

انتشارات امير فدك: اصفهان- خيابان هشت بهشت غربي نبش تقاطع ملك ساختمان فدك

تلفن: ۰۳۱-۳۲۷۳۰۳۶۰ - همراه: ۰۹۱۳۳۱۳۵۶۹۴ کد پستی: ۸۱۵۴۶-۴۳۱۵۱

Fadak.mansori@gmail.com

IQ و EQ و راه‌های افزایش آن

آرمان جوکار ۸۳- امير پارسا صابري ۸۳

آماده‌سازي: انتشارات امير فدك

مدیر مسئول: دکتر محمدرضا محمد شفيعي

مدیر توليد: سيد محمدرضا منصوري تهراني

مدیر فني: صالحيان - مظفري

ويراستار ادبي: جوهر يان

ويراستار علمي: مظفري - نادر سلطاني - مجتبي غلامي

صنّاعه ارا: عابدي - كاوياني

طابع جلا: كاوياني

• ليتوگرافي: طاها • چاپ: ملت • صحافي: ملت

• چاپ اول: ۱۳۹۷ • تعداد: ۱۰۰۰ • قيمت: ۴۰۰۰۰ تومان

© حق چاپ: ۱۳۹۷، انتشارات امير فدك

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۵۲۱-۱۴-۷ ISBN 978-622-6521-14-7

هر گونه استفاده از مطالب اين كتاب اعم از بازنويسی، خلاصه‌سازي، نقل مطالب آموزشی، برداشت به صورت دست‌نويس، کپی، تکثير و هر گونه چاپ سنتي و ديگيتال، استفاده به صورت كتاب الكترونيکی، لوح فشرده، قراردادن مطالب بر روی اينترنت و وبسایت‌ها و هر گونه شبکه‌ي کامپيوتري ديگر و به‌طور کل هر گونه استفاده‌ي اشخاص حقيقي و حقوقي در جهت منافع مادي و معنوي خود، بدون اجازه‌ي کتبي ناشر ممنوع و بر اساس بند ۵ ماده‌ي ۲۳ قانون حمايت از حقوق مؤلفان و مصنفان و قوانين مربوط به جرايم رایانه‌اي کشور قابل پيگيري در محاکم قضايي است.

پیشگفتار:

در مرکز تحقیقات و فناوری‌های نوین دمش سپاهان (دکتر محمدشفیعی) آموزش پژوهش محور را نهادینه کردیم، چراکه ایمان داریم گسترش مرزهای علم و فناوری در جهت پیشرفت کشور در گرو کوشش پژوهشگران است و پژوهشگر با ذهن پرسش‌گرش از لایه‌های ابر گرفته آسمان دانش می‌گذرد، تا به افق‌های جدیدی دست یابد. روح پژوهشگر، پویا و جوینده است و پوسته‌های چهل را شکافته، به قنات جاری علم دست می‌یابد و تا چشمه‌ی جوشان آن را بر کویر تشنه خویش جاری نسازد، آرام نمی‌گیرد. در مراکز پژوهش محور دکتر محمدشفیعی اعتقاد داریم؛ پژوهش هزینه نیست، سرمایه است. در اقدامات پژوهشی این مراکز پژوهشی، پژوهشگران کوچک تلاش می‌کنند وضعیت نامطلوب را به وضعیت مطلوب تغییر دهند و یاد می‌گیرند در جهت توجه کنند و بدان‌چه که آموخته‌اند عمل کنند.

دانش‌آموزان پژوهش محور باید بدانند که هیچ‌گاه شکست در مسیر کسب دانش وجود ندارد، لذا از ناملایمات علمی و بن‌بست‌های مقطعی هراسی نداشته و راه غلبه بر سدهای مجازی پیش روی کسب دانش و ارتقای علمی را خوب یاد بگیرند. علاوه بر این اصول و مبنای کار گروهی را بیاموزند تا بتوانند براساس خرد جمعی کار کنند. با بیش از ۲۵ سال سابقه آموزشی - پژوهشی و مدیریتی دریافته‌ایم که پژوهش و تحقیق مثل حروف الفبا باید از سال‌های نخست آموزش شروع شده و نهادینه شود، و این امر مهم را در طرح آموزش پژوهش محور انجام دادیم. به نتایج شگرفی دست یافته‌ایم و با علم به اینکه می‌دانستیم دانش‌آموزان در مقطع پایین‌تر توانایی‌های بزرگی دارند و در عمل تجربه نمودیم و نهادینه کردیم و مستقیم استیم که این امر مهم در کل کشور اجرایی شود. انشا...

محمد رضا محمدشفیعی

مدیر مجتمع فرهنگی آموزشی تحقیقاتی دکتر محمدشفیعی

فهرست مطالب

۸.....	فصل اول.....
۹.....	هوش.....
۱۰.....	تعریف هوش از دیدگاه روانشناسان.....
۱۱.....	انواع هوش.....
۱۸.....	تیزهوشی.....
۱۹.....	دام هوش.....
۲۰.....	رابطه تیزهوشی و نگرانی.....
۲۲.....	مواد غذایی که باعث تقویت هوش ما می‌شوند.....
۲۷.....	فصل دوم.....
۲۸.....	بهره‌ی هوشی.....
۳۲.....	هوش و موفقیت.....
۳۳.....	راه‌هایی برای افزایش IQ.....
۴۳.....	فصل سوم.....
۴۴.....	هوش عاطفی، هوش احساسی یا هوش هیجانی.....
۴۶.....	مغز هیجانی.....
۴۹.....	عوامل مؤثر در هوش هیجانی.....
۵۲.....	هفت روش کاربردی برای تقویت هوش هیجانی.....
۵۸.....	چهار مهارت هوش هیجانی (EQ).....
۶۰.....	منابع.....