

مهارت های زندگی

واکسن

اعتیاد

سید یداله حسینی

www.ketab.ir



سرشناسه	:	حسینی، یداله، ۱۳۴۶ -
عنوان و نام پدیدآور	:	مهارت های زندگی، واکسن - اعتیاد/ سیدیدالله حسینی.
مشخصات نشر	:	قزوین: فحوای دانش، ۱۳۹۵.
مشخصات ظاهری	:	۳۱ ص. ۵/۱۴×۲۱/سم.
شابک	:	978-600-94634-9-7
وضعیت هرست، نویسی	:	فیپا
موضوع	:	مهارت های زندگی
موضوع	:	Life skills
رده بندی کنفره	:	HQ۲۰۳۷/ح۵م۹ ۱۳۹۵
رده بندی دیویی	:	۶۴۶/۷
شماره کتابشناسی ملی	:	۴۶۰۸۷۰۰

عنوان : مهارت های زندگی

مؤلف : سید یداله حسینی

شابک : 978-600-94634-9-7

شمارگان : ۵۰۰ نسخه

ناشر : انتشارات فحوای دانش

قیمت: ۴۰۰۰۰ ریال

مقدمه :

تعریف مهارت‌های زندگی

کاربرد های مهارت‌های زندگی

مهارت "نه" گفتن

مهارت کنترل خشم

مهارت تفکر نقاد

مهارت خودآگاهی

سیگار آری یا نه؟

چرا نوجوانان سیگار، مصرف می کنند؟

پیشگیری از مصرف قلیان

چگونه مادر مخدر، سیگار را بشناسم

اکستازی یا قمار X

منابع :

مقدمه :

به عقیده صاحب نظران آموزش سلامت و مهارت‌های زندگی یکی از بهترین روش‌های پیشگیری از گرفتار شدن کودکان و نوجوانان در دام آسیب‌های اجتماعی و رفتارهای پرخطر است.

گرایش نوجوانان و جوانان به سیگار، مواد مخدر و سایر رفتارهای پرخطر یکی از مشکلات مهم اجتماعی است، زیرا آنها منشاء انواع آسیب‌های روانی-اجتماعی در جامعه هستند.

دوره کودکی و نوجوانی یکی از حساس‌ترین دوران زندگی هر انسان است. سلامت زندگی و تربیت صحیح در این دوره، بپای استحكام زندگی فرد در سال‌های آتی را به دنبال دارد. اکثر افراد دچار آسیب‌های اجتماعی کسانی هستند که دوره کودکی و نوجوانی مناسبی را طی نکرده‌اند و یا تحت تربیت آسیب‌زا قرار گرفته‌اند.

تغییرات سریع زندگی اجتماعی و اثر مستقیم آنها بر زندگی و تحولات رشدی کودک و نوجوان و تاثیر چشمگیر همسالان، ضرورت توانمندسازی کودکان و نوجوانان در برابر آسیب‌های اجتماعی را بیشتر نموده است.

همه ما برای بهتر زیستن احتیاج به کسب مهارت‌هایی اساسی زندگی داریم، هنر بهتر زیستن مهمترین نیاز امروز همه مردم خصوصاً کودکان و نوجوانان است. بنابراین، مهارت‌های اجتماعی و مقابله با چالش‌های زندگی را بیاموزیم و آنها را در زندگی به کار گیریم تا بتوانیم منشاء مشکلات، شادمانی، سلامت روانی را در زندگی خویش متبلور سازیم.

اگر بخواهیم رانندگی خوبی شویم باید مهارت رانندگی را فرا بگیریم. برای فوتبالیست، نقاش ماهر و نجار خبره شدن، شهر وند سالن و... بدون تمرین و فراگیری فنون لازم به این همه دست پیدا نمی‌کنیم.

آموزش مهارت‌های زندگی یک برنامه پیشگیرانه و ارتقایابی است. کسی که این دوره را طی کند سطح بهداشت روانی جامعه را ارتقاء بخشد و با آسیب‌های روانی و اجتماعی که افراد را تهدید می‌کند مقابله کند.

علی انصاری

معاون پرورشی و فرهنگی