



۱۵۸۶۳۰۸



شرکت
انتشارات
فنی ای

کتاب‌های
نردبان



من حسودم

نردبان قرمز- مهارت‌های زندگی ۲۲۷ | درباره‌ی، اح - سات | کد کتاب ۸۷۷

نویسنده ایزابل توماس Isabel Thomas
تصویرگر کلیر الشم | طراحی گرافیک آتلیه گرافیک نردبان
مترجم هایده کروی | ویراستار بخش ویرایش نردبان

چاپ اول ۱۳۹۷، ۲۰۰۰ نسخه | چاپ هادی



حقوق چاپ و نشر این اثر متعلق به شرکت انتشارات فنی ایران است.

میرعماد، شماره ۲۴، تهران ۱۵۸۷۷۳۶۵۱۱

۸۸۵۰۵۰۵۵

entesharat.com

info@entesharat.com

nardebanbooks

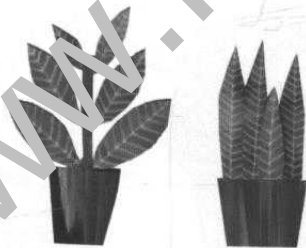
@nardebanbooks

کاغذ این کتاب از
چنگل‌های صنعتی پایدار
تهیه شده است.



فهرست

۴	حسادت چیست؟
۶	از کجا می‌فهمیم که کسی حسودی می‌کند؟
۸	حسودی چه جور احساسی است؟
۱۰	آیا حسودی یک احساس طبیعی است؟
۱۲	چطور با حسادت کنار بیاییم؟
۱۴	پرا با با احساس حسادت کنار بیاییم؟
۱۶	وقتی به چیز حسودی می‌کنم باید چه کار کنم؟
۱۸	وقتی به کسی حسودی می‌کنم باید چه کار کنم؟
۲۰	چطور می‌توانم به کسی که حسودی می‌کند، کمک کنم؟
۲۲	برای خلاص شدن از حسادت حسودی جعبه‌ای درست کن
۲۳	واژه‌نامه
۲۳	نمایه
۲۴	سخنی با بزرگ‌ترها



بعضی واژه‌ها با حروف سیاه آمده‌اند (مثل این).
معنی آن‌ها را در واژه‌نامه‌ی صفحه‌ی ۲۳ ببینید.