

مهارت زندگی

- ✓ مقابله با چاقی
- ✓ رویارویی با فقدان
- ✓ کنترل غم غربت
- ✓ جلوگیری از تعلل ورزیدن
- ✓ کاهش تعصب در روابط نزدیک

● ناشر :

● واحد پژوهش و برنامه‌ریزی کتاب های :

● عنوان کتاب :

● برنامه ریزی محتوا و نظارت بر تکلیف :

● مؤلف :

● طراحی جلد :

● حروفچینی و صفحه آرایی :

● آماده سازی و نظارت بر چاپ و توزیع :

● فیتوگرافی :

● چاپخانه و صحافی :

● ناظر چاپ :

● فریت چاپ :

● شمارگان :

● شابک :

● قیمت :

● نشانی :

● تلفن / نمابر :

● صندوق پستی :

● پایگاه اینترنتی / ایمیل :

www.Abocslb.ir

سرشناسه : آتش پرور ، حمید ۱۳۳۳

عنوان و نام پدیدآور : محله با چاقی ، رویارویی با فقدان ، کنترل غم

غریت ، جلوهگری از تعامل روزیمن ، کاوش تمصب در روابط نزدیک /

حمید آتش پرور.

مشخصات نشر : تهران : ابو عطا، ۱۳۸۷

مشخصات کتابی: ۶۴ ص. مصور، (ج) ۱۰،

فروست: مهرت زندگی: (ج) ۱۰،

شابک: ۱۵۰۰۰ روال: 9789641700296

وضعیت فهرست نویسی: فیا

موضوع: روانشناسی عدلی.

موضوع: رله و رسم زندگی.

شابک افزوده: مهرت زندگی: (ج) ۱۰،

رده بندی کنگره: ۶۴۸۶ ج ۱۰، ۶۳۶/۱۷ BF

رده بندی دهی: ۱۵۸

شماره کتابشناسی ملی: ۱۱۵۶۷۳۳

کلیه حقوق برای ناشر محفوظ است .

راهنمای مطالب و فهرست کتاب

۳۵

کنترل غم غربت

۵

مقدمه



۴۳

جلوگیری از نعل و ورزیدن

۶

مقابله با جانی



۵۵

کاهش تعصب در روابط نزدیک

۲۳

رویارویی با فقدان





مقدمه

برکسی پوشیده نیست که سرمایه اصلی جهان امروز نیروی ذهن و نوع عملکرد انسان ها می باشد . سلامت و سعادت جامعه باچگونگی آموزش همین سرمایه ها ارتباط مستقیم داشته و تمامی جوامع در صدد پرورش انسان هایی با توانایی بالا می باشند . انسان در طول زندگی با مشکلات و موانع بسیاری روبه رو می شود که برای حل آن ها نیاز به کسب مهارت هایی خاص دارد و کسب این مهارت ها در هر فرد به صورت شخصی نه تنها باعث بهبود زندگی فردی بلکه باعث ارتقا سطح زندگی در جامعه می گردد. آموزش مهارت در زندگی از بدو تولد آغاز می شود و افراد تحت تاثیر این آموزش ها ، کامل تر می شوند تا بتوانند در زندگی روزمره بدون هیچ مشکلی ناملایمات را پشت سر بگذارند .

نتیجه این که در دنیای پرپیچ و خم امروز آن کسی سریع تر و سالم تر به مقصد می رسد که مهارت گذشتن از هر پیچ را بداند و به موقع از آن استفاده کند .

انتشارات ابو عطا در یک برنامه ریزی دقیق و حساب شده و با کمک اساتید مجرب بر آن است که آموزش مهارت های زندگی را به شکل اثر بخش برای تمام سنین در کشور عزیزمان ایران و هماهنگ با فرهنگ غنی و پر بار این مرز و بوم ارائه نماید و چون یکی از راه های آموزش مهارت زندگی استفاده از تجربیات دیگران است، شما خواننده محترم می توانید با ارسال نظرات پیشنهادات و انتقادات خود ما را در این امر یاری نمایید .

امیدوارم که قدم هایی هر چند کوچک ولی استوار در این راه برداریم .

با امید بهروزی و پیروزی

سید رفیع احمد جواهری

مدیر مسئول