

به نام خدا

بازی‌های شاد و تأثیرگذار

بارویکرد پرورش روان

باربارا شِرو

مترجم

منیره نادری

تصویرگر

رالف باتلر

Sher, Barbara

سرشناسه
عنوان و نام پدیدآور
مشخصات نشر
مشخصات ظاهری
شابک
وضعیت فهرست نویسی
یادداشت
یادداشت
عنوان دیگر
موضوع
شناسه افزوده
رده بندی کنگره
رده بندی دیویی
شماره کتابشناسی ملی

شر، باربارا، ۱۹۴۳-م.
بازی های شاد و تأثیر گذار: بارویکرد پرورش روان / باربارا شر؛ مترجم منیره نادری.
تهران: صابرین، کتابهای دانه، ۱۳۹۵.
۱۷۲ ص.: مصور.
۳- ۸۰- ۲۷۸۵- ۹۶۴- ۹۷۸
فیفا
عنوان اصلی:
چاپ سوم، ۱۴۰۱: نمایه
بازی هایی برای افزایش عزت نفس در کودکان.
سرگرمی های خانوادگی، Family Recreation
نادری، منیره، ۱۳۵۱-، مترجم
۲۱۳۹۵ ب ۴ش / GV ۱۸۲/۸
۷۹۰/۱۹۲۲:
۴۵۹۸۳۳۰: ملی

Spirit Games: 300 Fun Activities That Bring Children Comfort
And Joy, 2002

www.ketab.ir



کتابهای دانه

مؤسسه انتشارات صابرین ۸۸۹۶۸۹۰

بازی های شاد و تأثیر گذار
باربارا شر

برزو سربزدی	مترجم
آتوسا صالحی	ویراستار
نرگس محمدی	صفحه آرایی
۱۴۰۱	چاپ سوم
۱۰۰۰	تعداد
پویه گراور	لیتوگرافی
اکسیر	چاپ جلد
پژمان	چاپ متن و صحافی

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۲۷۸۵-۸۰-۳

این کتاب با کاغذ حمایتی منتشر شده است

قیمت ۸۸۰۰۰ تومان

۵	مقدمه	
۱۳	بازی‌های شاد و تأثیرگذار برای بزرگسالان	- - - -
۱۵	فصل اول: پرورش روح و روان	بخش اول
۳۳	بازی‌های شاد و تأثیرگذار برای کودکان	- - - -
۳۵	فصل دوم: شادی بیشتر، آرامش روحی بیشتر	بخش دوم
۶۲	فصل سوم: راه‌های غلبه بر تردید و دودلی	
۷۸	فصل چهارم: راه‌های برطرف کردن غم و اندوه	- - - -
۹۴	فصل پنجم: راه‌های برطرف کردن عصبانیت	
۱۱۶	فصل ششم: راه‌های برطرف کردن ترس	
۱۲۳	فصل هفتم: آموزش همدردی و دلسوزی	
۱۴۴	فصل هشتم: افسونگری و جادوگری	
۱۶۵	صحبت‌های پایانی	
۱۶۷	نمایه	

مقدمه: فواید شادمانی

شادمانی، حسی طبیعی است که در وجود هر یک از ما انسان‌ها نهفته است. ما با نگاه کردن به صورت نوزاد تازه متولد شده احساس تندرستی و شادمانی می‌کنیم. هم‌زمان با رشد کودکان این احساس شادمانی و سعادت به آنان کمک می‌کند تا به آینده‌ای روشن بیندیشند، با مشکلات مقابله کنند و به دیگران عشق بورزند.

بازی‌های شاد و تأثیرگذار ابزاری برای خلق این شادی‌ها هستند. این بازی‌ها به کودکان کمک می‌کنند تا بر خشم خود غلبه کنند، غمگین نباشند و تردید و دودلی را کنار بگذارند. این بازی‌ها حس همدردی را در کودکان شکوفا می‌سازند و به آنان یاد می‌دهند که چگونه روزهای خوب زندگی را با شادی و تندرستی بگذرانند. شواهد موجود نشان می‌دهد که وقتی کودکان بشاش‌تر و شادترند، احتمال بروز بیماری در آنان کاهش پیدا می‌کند. از این‌رو بازی‌های شاد و تأثیرگذار در تحقق این امر بسیار مؤثرند. مطالعات گسترده نشان داده است که داشتن احساسات منفی به مدت طولانی برای بدن زیانبار است و زمینه بروز بیماری‌ها را فراهم می‌سازد. کودکان از لحاظ احساسی بسیار فربانمندند. من در خانواده خودم مشاهده کرده‌ام که حتی گفتن یک کلمه ناشی از خشم و عصبانیت مثل باتومی است که بر سر تک‌تک اعضای خانواده فرود می‌آید و همه را آزرده می‌سازد. از سوی دیگر، عملی هر چند ساده که بیانگر عشق و محبت باشد، در وجود همه افراد خانواده نفوذ می‌کند و اثر مثبت می‌گذارد. به هر جهت ما نمی‌توانیم منکر وجود احساسات منفی و تجربه‌های دردناک باشیم. این احساسات به عنوان بخشی از شرایط زندگی در وجود ما رخنه می‌کنند. اما باید بدانیم که بیشتر ما انسان‌ها با تجربه کردن شادمانی و داشتن انبساط خاطر، احساس هماهنگی بیشتری با جهان پیرامون خود خواهیم داشت.

بازی‌های شاد و تأثیرگذار فرصتی را برای کودکان ایجاد می‌کنند تا هنگام انجام هر کار مهم، شادمانی و تفریح را نیز تجربه کنند و همواره لبخند را بر لبان آنان جاری خواهند ساخت. این فعالیت‌ها و بازی‌ها راه‌های فراوانی را به کودکان نشان می‌دهند تا بتوانند به کمک آن‌ها احساس شادمانی، لذت و سپاسگزاری را بهتر و بیشتر درک کنند.