

۱۴۸ ۵۹ ۴۳
۱۴۰۵/۷/۳



آموزش مهارت‌های زندگی برای دوره دوم متوسطه

رشد هیجانی، اجتماعی،
شناختی و رشد خود



آن ورنون
مهرداد فیروزبخت

مؤلف:

مترجم:



سرشناسه: ورنون، آن - Vernon, Ann

عنوان و نام پدیدآور: آموزش مهارت‌های زندگی: رشد هیجانی، اجتماعی، شناختی و خود/ نوشته آن ورنون.

ترجمه: مهرداد فیروزبخت.

مشخصات نشر: تهران: دانژه، ۱۳۸۷.

مشخصات ظاهری: ۴۵۶ ص. مصور، جدول: ۱۷۲۴ س.م.

شابک: دوره: ۷-۱۸-۵۰۷۰-۶۰۰-۹۷۸ ج ۱: ۸-۲۴-۵۰۷۰-۶۰۰-۹۷۸

یادداشت: عنوان اصلی: The passport program: a journey throught emotional

Social, Cognitive and Self-development.

یادداشت: ج ۱ برای دوره دبستان کلاس‌های ۶-۱ ج ۳ برای دوره دوم متوسطه کلاس‌های ۱۲-۱۰

ج ۲ برای دوره دوم متوسطه کلاس‌های ۹-۷

کودکان - - رشد. آموزش و پرورش - - فعالیت‌های فوق برنامه. نوجوانان - - رشد.

شناسه افزوده: فیروزبخت، مهرداد، ۱۳۴۷ - مترجم

رده بندی کنگره: ۱۳۸۷ ۴۲۸ و / LB ۱۱۱۵

رده بندی دیویی: ۳۷۰ / ۱۵

نماینده کتابشناسی ملی: ۱۳۳۷۲۴۹

قیمت: ۲۲۰۰۰ تومان

عنوان: آموزش مهارت‌های زندگی برای دوره دوم متوسطه

تألیف: آن ورنون

ترجمه: مهرداد فیروزبخت

کتاب‌آرا: موسسه فرهنگی و هنری آفتاب هنر

نمونه‌خوان: سارا سازمند

مدیر تولید: داریوش سازمند

ناشر: دانژه

لیتوگرافی، چاپ و صحافی: چاووش، شریف نو

شمارگان: ۵۵۰ نسخه / قطع: وزیری

چاپ اول: ۱۳۹۲ / ششم ۱۴۰۲

شابک دوره: ۷-۱۸-۵۰۷۰-۶۰۰-۹۷۸ شابک ج ۱: ۸-۲۴-۵۰۷۰-۶۰۰-۹۷۸

این اثر مشمول قانون حمایت مؤلفان و مصنفان و هنرمندان مصوب ۱۳۴۸ است. هرکس تمام یا قسمتی از

این اثر را بدون اجازه مؤلف (ناشر) نشر یا پخش یا عرضه کند مورد پیگرد قانونی قرار خواهد گرفت.

تهران، خیابان استاد مطهری، خیابان سلیمان خاطر (امیر اتابک)، کوچه اسلامی، نبش کوچه بانه، شماره ۴/۲

کد پستی: ۱۵۷۸۶۳۵۸۱۱ - صندوق پستی: ۴۱۴۶-۱۴۱۵۵ - تلفن: ۸۸۸۴۶۱۴۸ - ۸۸۸۱۲۰۸۳ - تلفکس: ۸۸۸۴۲۵۴۳

نشانی دفتر پخش: تهران، خیابان انقلاب، خیابان ۱۲ فروردین، بن بست خسروی، پلاک ۱

تلفن: ۶۶۴۷۶۳۷۵ - ۶۶۴۶۲۰۶۱ - فکس: ۶۶۴۷۶۳۸۹

قیمت: ۱۶۰۰۰۰ تومان

فهرست

۱۳	دییاجه
۱۵	قدردانی
۱۷	مقدمه
۲۷	کلاس دهم

رشد خود

فعالیت

۲۹	۱ آینه، آینه‌ی روی دیوار
۳۲	۲ من کسی هستم که
۳۷	۳ من از وزنم بیزارم
۴۷	۴ زندگی طبق یک تصور

رشد هیجانی

فعالیت

۵۱	۱ تغییر دادن احساسات
۵۷	۲ کنترل سردرگمی
۶۲	۳ پوست کندن
۶۵	۴ آیا حالم بهتر می‌شود؟

رشد اجتماعی

فعالیت

۶۹	۱ شایعات و روابط
۷۳	۲ دل‌شکستگی و جدا شدن
۸۰	۳ جدا شدن
۸۴	۴ چرا با من این‌طوری رفتار می‌کنند؟

درباره مؤلف

دکتر آن ورنون استاد و مسئول هماهنگی مشاوره در گروه رهبری تربیتی، مشاوره و تحصیلات دبیرستانی دانشگاه آیوای شمالی در سدر فالز است. دکتر ورنون علاوه بر تدریس در دانشگاه، مشاوره خصوصی نیز انجام می‌دهد و متخصص مشاوره با کودکان، نوجوانان و والدین می‌باشد. ورنون مولف چند مقاله و کتاب است. برخی از کتاب‌های ورنون عبارتند از: *مشاوره با کودکان و نوجوانان*؛ *سنجش رشدی و مداخله در ارتباط با کودکان و نوجوانان*؛ *فکر کردن، احساس کردن، رفتار کردن*؛ *برنامه تربیت هیجانی کودکان و نوجوانان و کل ماجرای بزرگ شدن*؛ *راهنمای رشد کودک و نوجوان برای والدین (با همکاری رازی المبوک)*. دکتر ورنون مدیر مرکز غرب میانه رفتاردرمانی عقلانی هیجانی نیز هست. در ضمن در ایالات متحده آمریکا و کانادا، کارگاه‌هایی در زمینه رفتار درمانی عقلانی هیجانی کودکان و نوجوانان و موضوعات مرتبط با کودکان و نوجوانان برگزار می‌کند.

www.ketab.ir