

تغذیه بدنی بیشتر تغذیه ری می آید

(روش های مقابله با استرس پس از حادثه)



مارگارت ام. هولمز
مترجم: سارا وطن آبادی



کتاب‌های
نردبان
شرکت
انتشارات
فنی ایران



اتفاق بد برای همه پیش می‌آید

نردبان قرمز - مه‌ارهای زندگی ۳۶۲ | کد کتاب ۱۱۱۷

نویسنده مارگارت ام هولمز Margaret M. Holmes

تصویرگر کری پیلو

مترجم سارا وطن‌آبادی

ویراستار مژگان کلهر

مدیر هنری کیانوش غریب‌پور

طراحی گرافیک آتلیه گرافیک نردبان

چاپ پنجم ۱۴۰۳، ۲۰۰۰ نسخه | چاپ اندیشه برتر

حقوق چاپ و نشر این اثر متعلق به

شرکت انتشارات فنی ایران است.

📍 میرعماد، شماره ۲۴، تهران ۱۵۸۷۷۳۶۵۱۱ ☎ ۸۸۵۰۵۰۵۵

📧 info@entesharat.com

📧 @nardebanbooks nardebanbooks



کاغذ این کتاب از
جنگل‌های صنعتی
مدیریت‌شده
تهیه شده است.

سرشناسه
عنوان و نام پدیدآور

هولمز مارگارت ام ۱۹۴۴ - م
اتفاق بد برای همه پیش می‌آید: روش‌های مقابله با استرس
پس از حادثه/ نویسنده مارگارت ام هولمز؛ تصویرگر کری پیلو؛
مترجم سارا وطن‌آبادی.

تهران: شرکت انتشارات فنی ایران، ۱۳۹۵.

۳۶ ص: مصور (رنگی)

978-964-389-789-5

عنوان اصلی: A terrible thing happened, c 2000.

گروه سنی: بیه‌ج.

فشار روانی در کودکان -- داستان

وطن‌آبادی سارا ۱۳۶۵ - مترجم

۱۳۹۵ الف ۸۶۹ هـ ۳۰۵/۲۳۱ د

۴۱۹۴۱۷۴

مشخصات نشر
مشخصات ظاهری
شابک

یادداشت

یادداشت

موضوع

شناسه افزوده

رده‌بندی دیویی

شماره کتابشناسی ملی

سخن ناشر

محیط زندگی امروز بسیار پیچیده است و برای برخورداری از سلامت و موفقیت در زندگی، کسب آموزش‌های اجتماعی ضرورت دارد. تنها گذاشتن بچه‌ها در رویارویی با مشکلات، ناهنجاری‌های روانی و اجتماعی زیان‌آوری به دنبال دارد. این نارسایی‌ها برای کودکان و نوجوانان فرساینده و برای جامعه بسیار پرهزینه است.

این داستان که با ظرافت بیان شده و به دقت تصویرگری شده، برای کودکانی است که شاهد نوعی خشونت یا رویدادی بد یا وحشتناک بوده‌اند، مانند سوءاستفاده جنسی، خشونت در مدرسه یا خیابان، سانحه خودرو، قتل، درگیری و بلاهای طبیعی مثل سیل و آتش‌سوزی. به علت افزایش رفتارهای خشونت‌آمیز در جامعه، دسته‌ای از کودکان به شکلی ناخواسته در معرض این سوانح قرار می‌گیرند. برخی از این کودکان دچار عارضه روان‌شناختی حادی می‌شوند که «استرس پس از حادثه» نام دارد. علائمی نظیر گوشه‌گیری یا پرخاشگری، دردهای جسمانی، افت تحصیلی و مشکلات ارتباطی با دیگران از جمله علائم رایج در این اختلال است. بسیاری از این کودکان نیاز به روان‌درمانی پیدا می‌کنند. روان‌شناسان آن‌ها را در ابراز احساسات خود با روش‌های مختلف یاری می‌دهند. این‌گونه روش‌ها به آن‌ها کمک می‌کند که از فشار وارد بر خود بکاهند. در این داستان کودک یاد می‌گیرد که در مواجهه با این موقعیت‌ها، چه روش‌هایی حال او را بدتر و چه روش‌هایی حال او را بهتر می‌کند.

کتاب‌های نردبان