

۱۴۵۰۸۸۹

اللَّهُمَّ ارحم
الرحمن ارحم !

مجموعه نهایت های زندگی

دکتر لادن فتی، دکتر فرشته موتابی، شهرام محمدخانی

مهرداد کاظم زاده عطوفی

عنوان و نام پدیدآور : مجموعه مهارت‌های زندگی / تألیف لادن فتی... [و دیگران].

مشخصات نشر : تهران: میانکوشک، ۱۳۹۵.

مشخصات ظاهری : ۲۱۲ ص.: مصور، جدول.

شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۷۶۶۸-۰۴-۷.

وضعیت فهرست‌نویسی : فیا.

یادداشت : لادن فتی، فرشته موتابی، شهرام محمدخانی، مهرداد کاظم‌زاده عطوفی.

موضوع : مهارت‌های زندگی -- راهنمای آموزشی.

موضوع : Life skills -- Study and teaching.

رده‌بندی کنگره : HQ۲۰۳۷/م۳ ۱۳۹۵

رده‌بندی دیوید : ۶۴۶/۷

شماره کتاب‌شناسی ملی : ۴۴۵۹۶۲۶

عنوان: مجموعه مهارت‌های زندگی

نویسندگان: دکتر لادن فتی، دکتر فرشته موتابی، شهرام محمدخانی، مهرداد کاظم‌زاده عطوفی

ناشر: انتشارات میانکوشک

شمارگان: ۵۰۰ جلد

لیتوگرافی و چاپ: ۱۲۸

صحافی: غزل

نوبت چاپ: اول - پاییز ۱۳۹۵

قیمت: ۱۸۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۶۶۸-۰۴-۷

پیش گفتار

مهارت‌های زندگی مجموعه‌ای از توانایی‌هایی است که قدرت سازگاری و رفتار مثبت و کارآمد را افزایش داده و باعث می‌شود که افراد مسئولیت‌های مربوط به نقش اجتماعی خود را پذیرفته و بدون صدمه زدن به خود و دیگران با چالش‌ها و مشکلات زندگی روبه‌رو شده و انتخاب‌ها و رفتارهای سالمی در سرتاسر زندگی داشته باشند.

تغییرات سریع اجتماعی و فرهنگی که حاصل تکامل طبیعی فرهنگ‌ها، رشد و پیشرفت تکنولوژی، دسترسی به انواع اطلاعات (مفید و غیرمفید) و فروریختن مرزهای فرهنگی و اجتماعی است، زندگی انسان امروزی را با چالش‌های فراوانی روبه‌رو ساخته است. امروزه همگام با توسعه زندگی شهرنشینی و فرایند صنعتی شدن فزاینده شهرهای در حال توسعه، آموزش و تربیت کودکان به نحو فزاینده‌ای از خانواده‌ها به نهادهای آموزشی سپرده می‌شود و این در حالی است که همواره جهت‌گیری آموزشی این نهادها بر ارائه اطلاعات و دانش معطوف بوده است و به همین دلیل کودکان و نوجوانان ما از یادگیری مهارت‌هایی که در زندگی روزمره به آنها نیاز دارند، محروم می‌مانند. در زندگی امروزه هزاران پرسش مطرح شده، که چرا با وجود پیشرفت‌ها، فزاینده حاصل شده، هنوز:

- دستیابی به یک زندگی منطقی، سالم، هدفمند و اعطاف‌پذیر برای مواجهه با مشکلات و فراز و نشیب‌های آن دست‌کم برای بسیاری از ما سرریز است؟
- چرا بسیاری از افراد در حل مسائل و مشکلات جزئی دچار عوارض و ناتوانند؟
- چرا توانایی و مهارت نه گفتن «قاطعیت» به پیشنهادات نامناسبی، بوستان ناباب برای بسیاری از نوجوانان سخت و دشوار است؟
- چرا بعضی از افراد نگرش و تصویر ذهنی مثبتی از خود نداشته و دائماً در تکرار، منفی خود مشغولند؟
- چرا زندان‌ها پر از افرادی است که جرم آنها قتل به علت ناتوانی در کنترل و غلبه بر یک لحظه خشم خویش بوده است؟

و خیلی از پرسش‌های دیگر که با طرح موضوعی مهم به نام «مهارت‌های زندگی» می‌توان امکان پاسخ‌گویی به آنها را پیدا کرد و در این مجموعه کتاب‌ها به آن‌ها پرداخته شده است.

دکتر عباسعلی ناصحی

مدیر کل دفتر سلامت روانی، اجتماعی و اعتیاد
وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

دکتر عصمت باروتی

مشاور وزیر و سرپرست دفتر امور زنان
وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

ناظرین علمی و اجرایی:

دکتر جعفر بوالهروی - عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی تهران

دکتر هما قرائی - کارشناس دفتر امور زنان وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

عاطفه خوشنواز - کارشناس دفتر امور زنان وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

سودابه طایری - کارشناس دفتر امور زنان وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

با تشکر از

سرپرست حوزه امور فرهنگی و رفاهی دانشجویان وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

معاونت دانشجویی فرهنگی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تهران

سرکار خانم دکتر کیهانی - عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی تهران

سرکار خانم دکتر رنجبر نوازی - مشاور سابق وزیر بهداشت، درمان و آموزش پزشکی در امور زنان