

۱۰۹۰۰۲۲
۱۰۹۰۰۲۲
۱۰۹۰۰۲۲

به نام یگانه خالق هستی

باهوش خوش اخلاق

تهیه و تألیف: ساناز مهدوی تبار

۹۸ صفحه



انتشارات پرورش ذهن فرزام



سرشناسه	مهدوکتبار، ساناز، ۱۳۶۰ -
عنوان و نام پدیدآور	باهوش خوش اخلاق/تهیه و تالیف ساناز مهدوکتبار.
مشخصات نشر	تهران: پرورش ذهن فرزاد، ۱۳۹۸.
مشخصات ظاهری	۹۲ص.
شابک	978-600-806860-0: ۲۵۰۰۰۰ ریال
سبب فهرست نویسی	فیبیا
موضوع	رشد اخلاقی
موضوع	Moral development:
موضوع	تربیت اخلاقی
موضوع	Moral education:
رده بندی کنگره	BF۷۲۲
رده بندی دیویی	۶۴۰/۷
شماره کتابشناسی ملی	۶۰۱۳۹۰

انتشارات پرورش ذهن فرزاد: INFO@PZF.IR

باهوش خوش اخلاق

پدیدآورنده: ساناز مهدوی تبار

طراح جلد و صفحه آرا: سارا غریب

نوبت چاپ: چاپ اول

تاریخ چاپ: زمستان ۹۸

شابک: 978-600-8068-60-0

قیمت: ۲۵۰۰۰۰ ریال

نشانی ناشر: تهران، بزرگراه رسالت، بین صیاد شیرازی و استاد حسن بنا، پلاک ۱۵۲، واحد ۳

تلفن: ۲۲۳۰۲۰۹۲-۲۲۳۰۲۰۹۵

آدرس سایت: WWW.PZF.IR

کلیه حقوق چاپ متعلق به ناشر است و هرگونه کپی برداری پیگرد قانونی دارد.

عکس روی جلد، متعلق به یگانه زهرا اعوانی، متولد سال ۱۳۹۰ است.

شمارگان: ۱۰۰ جلد

فهرست مطالب

۷	هوش اخلاقی
۸	مقدمه
۹	هوش اخلاقی
۱۱	همدلی
۱۲	مراحل پرورش همدلی
۱۲	کمک به فرزندان برای یادگیری کلمات
۱۳	جدول نحوه گفتگوی همدلانه با کودک
۱۴	راه‌های گسترش کلمات عاطفی کودکان
۱۴	تقویت کودکان برای حساس شدن به احساسات دیگران
۱۶	بازی‌ها و تمرین‌های مناسب همدلی
۱۷	نقش والدین در آموزش و ایجاد همدلی و نوع دوستی
۲۰	بازی کردن کودکان در دوستیابی

- قصه‌خوانی و تقویت روحیه رفتار نوع‌دوستانه کودک..... ۲۲
- وجدان..... ۲۳
- صحبت‌های افراد دارای وجدان سالم..... ۲۵
- کارهای افراد با وجدان سلامت..... ۲۵
- راه‌های پرورش وجدان..... ۲۶
- ایجاد زمینه مناسب رشد اخلاقیات..... ۲۶
- آموختن اصول اخلاقی و تقویت وجدان..... ۲۷
- تشخیص و یادگیری درست از نادرست..... ۲۸
- بازی‌ها و تمرین‌های وجدان..... ۳۰
- خویش‌داری..... ۳۱
- رعایت سه‌گانه برای پرورش خویش‌داری..... ۳۲
- راه‌های تقویت خویش‌داری در کودکان..... ۳۳
- راه‌های تقویت خودتسلّی در کودکان..... ۳۴
- بازی‌ها و تمرین‌های برای افزایش خویش‌داری..... ۳۶
- تمرین‌هایی برای کنترل یا مدیریت هیجانات..... ۳۸
- احترام..... ۳۹
- راه‌های پرورش احترام..... ۴۰
- سرمشق بودن و آموزش احترام..... ۴۰
- تشویق به احترام گذاشتن به بزرگ‌ترها..... ۴۱
- تأکید بر ادب و خوش‌رفتاری..... ۴۱
- بازی‌ها و تمرین‌های تقویت‌کننده احترام..... ۴۳
- جدول رفتارهای محترمانه قابل آموختن به کودکان..... ۴۵
- مهربانی..... ۴۶

- ۴۷ سه گام رشد مهربانی
- ۴۷ آموختن معنا و ارزش مهربانی
- ۴۸ راه های مقابله با نامهربانی
- ۴۹ تشویق مهربانی و یادآوری تأثیر مثبت آن
- ۵۰ بازی ها و تمرین های مهربانی
- ۵۱ بردباری
- ۵۲ راه های تقویت بردباری
- ۵۲ سبقتی بودن در بردباری
- ۵۳ قدم برداشتن از تفاوت ها
- ۵۴ عدم تمایل به حجب ها و مبارزه با آنها
- ۵۶ بازی ها و تمرین های بردباری
- ۵۷ انصاف
- ۵۸ روش های پرورش انصاف
- ۵۸ الگوی انصاف بودن
- ۵۹ آموزش رفتار منصفانه به فرزندان
- ۶۰ آموزش مبارزه با بی انصافی و بی عدالتی
- ۶۱ بازی افزایش عدالت و انصاف
- ۶۴ نکات کلیدی برای والدین

۶۹ هوش هیجانی

- ۷۰ هوش هیجانی
- ۷۰ ویژگی های افراد باهوش هیجانی بالا
- ۷۱ خصوصیات افراد باهوش هیجانی پایین
- ۷۲ مراحل پرورش هوش هیجانی کودکان

آگاهی از هیجانات کودک.....	۷۲
هیجانات و فرصتی برای صمیمیت بیشتر با کودک.....	۷۴
گوش کردن به حرفه‌ای کودک و تأیید احساسات او.....	۷۴
نام‌گذاری بر احساسات کودک.....	۷۵
مشخص کردن حد و مرز.....	۷۶
بازی‌های مناسب برای تقویت هوش هیجانی در کودکان.....	۷۸
تربیی، سه‌گویی برای کودکان.....	۸۱
داستان‌های تقد، -کننده هوش اخلاقی و هوش هیجانی.....	۸۲
دوایی.....	۸۲
مهربانی.....	۸۵
خجالتی بودن.....	۸۷
کلام پایان.....	۸۹
منابع و مأخذ.....	۹۱