

۲۰۷۴۴۴

بسمه تعالی

مهارت‌های زندگی
از دیدگاه حضرت زهرا (س)

دکتر لانه افتخاری
عضو هیئت علمی دانشگاه شاهد



دانشگاه شاهد

۱۳۹۸

مؤسسه آموزشی تألیفی ارشدان

سرشناسه	: افتخاری، لاله، ۱۳۳۸-
عنوان و نام پدیدآور	: مهارت‌های زندگی از دیدگاه حضرت زهرا (س) // لاله افتخاری.
مشخصات نشر	: تهران: موسسه آموزشی تالیفی ارشدان، ۱۳۹۸.
مشخصات ظاهری	: ۱۱۴ص.
شابک	: ۹۷۸-۶۲۲-۲۵۱-۱۹۱-۳
وضعیت فهرست نویسی	: فیپا
یادداشت	: کتابنامه:ص. ۱۰۷.
یادداشت	: کتاب حاضر در اصل پایان‌نامه مولف می‌باشد.
موضوع	: فاطمه زهرا (س)، ۹۸ قبل از هجرت - ۱۱ق. - راه و رسم زندگی
موضوع	: Fatimah Zahra, The Saint -- Conduct of life
موضوع	: مهارت‌های زندگی
موضوع	: Life Skill
رده بندی کنگره	: ۶۳۷/۲
رده بندی دیویی	: ۶۹۱/۹۷
شماره کتابشناسی ملی	: ۵۹۸۰۰۵۸

ارشادان

مؤسسه آموزشی تالیفی ارشدان

نام کتاب:	مهارت‌های زندگی از دیدگاه حضرت زهرا (س)
تألیف:	دکتر لاله افتخاری
ناشر:	آموزشی تالیفی ارشدان
ویرایش:	اول
نوبت چاپ:	اول ۱۳۹۸
طراح و گرافیکست:	www.irantypist.com
شابک:	۹۷۸-۶۲۲-۲۵۱-۱۹۱-۳
شمارگان:	۱۰۰۰
مرکز خرید آنلاین:	www.arshadan.com www.arshadan.net
مرکز پخش و توزیع:	۰۲۱۴۷۶۲۵۵
قیمت:	۲۵۰۰۰ تومان

«حقوق معنوی مترتب بر اثر برگرفته از پایان نامه دانشجویی متعلق به دانشگاه شاهد است»

فهرست مطالب

صفحه

عنوان

۵	مقدمه
۱۱	مهارت‌های زندگی
۱۷	تعاریف مهارت‌های زندگی
۱۹	مفهوم مهارت‌های زندگی
۲۳	انواع مهارت‌های زندگی
۲۹	نظریه‌های تحول بشر
۳۹	ابعاد مهارت‌های زندگی
۴۳	مهارت‌های زندگی از دیدگاه حضرت زهرا(س) در ارتباط انسان با انسانهای دیگر در بعد شناختی
۵۳	مهارت‌های زندگی از دیدگاه حضرت زهرا(س) در ارتباط انسان با انسانهای دیگر در بعد عاطفی
۶۷	مهارت‌های زندگی از دیدگاه حضرت زهرا(س) در ارتباط انسان با انسانهای دیگر در بعد رفتاری
۸۱	مهارت‌های زندگی از دیدگاه حضرت زهرا(س) در ارتباط انسان با انسانهای دیگر در بعد شناختی
۸۵	مهارت‌های زندگی از دیدگاه حضرت زهرا(س) در ارتباط انسان با انسانهای دیگر در بعد عاطفی
۹۱	مهارت‌های زندگی از دیدگاه حضرت زهرا(س) در ارتباط انسان با انسانهای دیگر در بعد رفتاری
۱۰۱	سخن آخر
۱۰۷	فهرست منابع

مشکلات متعدد جسمی و روانی ناشی از دنیای صنعتی امروز، انسان را به شدت گرفتار کرده و هر روز هدیه‌ای ناخوشایند به نام افسردگی، اضطراب و... از طرفی سگته‌های قلبی، مغزی و... را به ارمغان آورده است و انسان که خود تکنولوژی را برای آسایش و آرامش بیشتر خویش به کار گرفت، خود نیز اولین قربانی آن بود و ناخواسته در دام آن گرفتار آمد و درست زمانی که تدارک نحوه‌ی مقابله آن را در سر می‌پروراند، بهای زیادی نیز در قبال آن می‌پرداخت و به راستی هیچ یک از ما نمی‌تواند مدعی باشد که تاکنون طعم استرس و اضطرابی را نچشیده و اعضای از بدنش بدون دلیل جسمانی درد نکرده باشد.

روانشناسان متخصصان بهداشت روانی معتقدند که اگر انسان‌ها به سلاح مهارت‌های زندگی مجهز باشند، می‌دانند که هر کدام از این مشکلات چگونه برخورد کنند. مهارت‌های زندگی به دلیل آماده سازی افراد برای غلبه بر تنش‌ها و مشکلات، ایجاد زمینه سازگاری و نیز تاثیر آن بر بهبود زندگی فردی و اجتماعی به عنوان بخشی از "برنامه‌های درسی رسمی مدارس" مورد تاکید متخصصان امر قرار گرفته است.

آن چه تحت عنوان نابسامانی‌ها، آزارها و در دنیای امروز ذکر گردید، حاصل دور ماندن انسان‌ها از تعالیم انسان ساز الهی است.

در این رهگذر با عنایت به ماهیت اسلامی جامعه ما، لازم است تعریف و تقسیم بندی ظاهراً جدیدی از مهارت‌های زندگی با تکیه بر احکام و دستورات دین مبین اسلام که از لایه لای آیات قرآن و احادیث و روایات منقول از معصومین (ع) است، استخراج می‌آید، داشته باشیم تا راهگشای نسل جوان و هدایت کننده ایشان باشد.

بر همین اساس در این کتاب مهارت‌های زندگی از دیدگاه حضرت زهرا (س) مورد بررسی قرار می‌گیرد.

همچنین سعی شده است با توجه به فرهنگ دینی و مذهبی ایران اسلامی دسته‌ای از مهارت‌ها بر مبنای سیره و فرمایشات انسان ساز حضرت زهرا (س) ارائه شود.

بر همین اساس با توجه به مهارت‌های زندگی از دیدگاه حضرت زهرا (س) این سوال مورد بررسی قرار می‌گیرد:

ابعاد و مولفه‌های مهارت‌های زندگی در سیره و سنت حضرت زهرا (س) چیست و تحلیل آن چگونه است؟

همچنین هدف کلی این کتاب "شناسایی ابعاد و مولفه‌های مهارت‌های زندگی از دیدگاه حضرت زهرا (س) و تحلیل آن" و همچنین اهداف فرعی آن به شرح ذیل است:

- ۱- شناسایی و تحلیل ابعاد و مولفه‌های مهارت‌های زندگی در بعد شناختی در ارتباط انسان با انسان‌های دیگر از دیدگاه حضرت زهرا (س)
 - ۲- شناسایی و تحلیل ابعاد و مولفه‌های مهارت‌های زندگی در بعد عاطفی در ارتباط انسان با انسان‌های دیگر از دیدگاه حضرت زهرا (س)
 - ۳- شناسایی و تحلیل ابعاد و مولفه‌های مهارت‌های زندگی در بعد رفتاری در ارتباط انسان با انسان‌های دیگر از دیدگاه حضرت زهرا (س)
 - ۴- تعیین و تحلیل ابعاد و مولفه‌های مهارت‌های زندگی در بعد شناختی در ارتباط انسان با انسان‌های دیگر از دیدگاه حضرت زهرا (س)
 - ۵- شناسایی و تحلیل ابعاد و مولفه‌های مهارت‌های زندگی در بعد عاطفی در ارتباط انسان با انسان‌های دیگر از دیدگاه حضرت زهرا (س)
 - ۶- تعیین و تحلیل ابعاد و مولفه‌های مهارت‌های زندگی در بعد رفتاری در ارتباط انسان با انسان‌های دیگر از دیدگاه حضرت زهرا (س)
- همان‌طور که ذکر گردید زندگی اهل بیت (ع)، راهنمای روشن و الگوی عملی مناسبی برای جامعه شیعی است و با توجه به این که در میان بعد زمین (ع) زندگی حضرت زهرا (س) در همه‌ی ابعاد به صورت مادر نمونه، همسر نمونه، دختر نمونه مطرح است، اقتضا می‌کند که زندگی ایشان مورد بررسی قرار گیرد و الهام بخش شود و با توجه به این که زندگی ایشان برگرفته از قرآن و عترت و سیره پیامبر (ص) است، به صورت یک تجربه تضمینی و خطا ناپذیر و بیمه شده است و همان‌طور که قرآن و عترت مختص دوره و زمان خاصی نیست، سیره ایشان هم چون برگرفته از همان مکتب است، تجربه بشری مقطعی نیست، بنابراین ما باید به اندازه فهم و استعداد و توانایی خودمان از این دریای معرفت جرعه‌ای برداریم و در زندگی خودمان به کار بندیم و برای رسیدن به این آگاهی، بستر سازی مناسب نیاز است که بستر سازی آن همین کتاب‌ها و پژوهش‌ها است.
- این کتاب توانسته با نشان دادن اهمیت مهارت‌های زندگی، فهرست جدیدی از مهارت‌های زندگی را از دیدگاه حضرت زهرا (س) که مبتنی بر فرهنگ اسلامی و جامعه ایرانی و اسلامی و تا حدود زیادی متفاوت با تقسیم بندی این مهارت‌ها در جوامع غربی است، ارائه کند. همچنین با نشان دادن اهمیت مهارت‌های زندگی، فهرست جدیدی از مهارت‌های زندگی را از دیدگاه حضرت زهرا (س) که مبتنی بر فرهنگ و جامعه ایرانی و اسلامی و تا حدود زیادی متفاوت با تقسیم بندی این مهارت‌ها در جوامع غربی است، ارائه می‌کند.