

بهترین هدیه به فرزندانم

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

بهترین هدیه به فرزندانم

مؤلف: ایلا پرمونی

بهترین هدیه به فرزندانم

انتشارات کتابسرای رشد



نام کتاب : بهترین هدیه به فرزندانم

مؤلف : لیلا پورموملانی

لیتوگرافی : شکیبیا

چاپ : پردیس

صفافی : دی

طرح جلد : مهدی مسینی

تیراژ : ۱۵۰۰

نوبت چاپ : اول

شابک : ۹۷۸-۹۶۴-۸۵۶۹-۱۵۰-۶

مرکز پخش : آدرس : اصفهان - ابتدای خیابان امامدگاه

شماره ۱۲ : تلفن : ۲۲۲۴۱۶۴

بخت‌ترین هدیه به فرزندانم

- سرشناسه : پورمومنی ، لایلا ، ۱۳۵۵
- موضوع : اعتماد به نفس در کودک
- عنوان و نام پدیدآور : بخت‌ترین هدیه به فرزندانم / مولف، لایلا پورمومنی
- موضوع : رفتار والدین
- مشخصات نشر : اصفهان : کتابسرای رشد ، ۱۳۹۱.
- موضوع : والدین و کودک / جنبه‌های روانشناسی
- مشخصات ظاهری : ۹۲ ص: مصور (بخش رنگی) ۱۱ × ۱۷ س م .
- رده بندی کنگره : ۱۳۹۱ ۹ پ ۶ الف / BF ۷۲۳
- شابک : ۹۷۸-۹۶۴-۸۵۲۹-۳۰-۲
- وضعیت فهرست نویسی : فیا
- رده بندی دیویی : ۱۵۵/۴۱۸۲
- شماره کتابشناسی ملی : ۲۸۹۲۶۶۵

((فهرست مطالب))

۱. مقدمه
۲. اعتماد به نفس یعنی چه؟
۳. سن ایجاد اعتماد به نفس در کودک
نوزاد
نوپا
سنین آمادگی
سن ۷ سالگی
۴. اعتماد به نفس چه فوایدی دارد؟
۵. احساس فردی که اعتماد به نفس ندارد چیست؟

بهترین هدیه به فرزندانم

۶. ویژگی افرادی با اعتماد به نفس بالا
۷. اعتماد به نفس در فرماتع از بروز چه چیز میشود؟
 - افسردگی
 - حسادت
 - احساس حقارت
 - شکوه از زندگی
 - جمع هر اسی
۸. ویژگی کودکی که اعتماد به نفس ندارد
۹. راههای افزایش اعتماد به نفس در کودک
۱۰. خلاصه ای از تعریف و تمجیدهای یک دقیقه ای
۱۱. تفاوت اعتماد به نفس در دختران و پسران
۱۲. آیا میدانید...؟
۱۳. نظریه هایی در مورد عزت نفس

ماژلو

راجرز

فرید

۱۴. اعتماد به نفس کاتب

۱۵. رابطه اعتماد به نفس با وابستگی

۱۶. رابطه اعتماد به نفس با استرس

۱۷. رابطه اعتماد به نفس با سوءظن

۱۸. رابطه اعتماد به نفس با وسواس

مقدمه

مهارت‌های فرزند پروری یکی از اساسی‌ترین مهارت‌ها برای به‌ترزیستن و تربیت صحیح فرزندان است. از این رو بنا بر اهمیت این موضوع این جانب تصمیم گرفتم تا یکی از مهمترین و اساسی‌ترین مسائل تربیتی را که ایجاد و حفظ اعتماد به نفس در کودک است را به طور خلاصه در این کتاب گرد آوری نمایم تا شما والدین محترم بتوانید تا حدودی از تأثیرات وجود اعتماد به نفس در زندگی حال و آینده فرزندتان آگاه شوید، در این مجموعه سعی کردم تا

بفترین دری به فرزندم

مساله اعتماد به نفس را طوری برای شما عزیزان بیان کنم که شما بتوانید هم با فواید وجود اعتماد به نفس وهم ضررهای عدم وجود اعتماد به نفس به طور کلیدی آشنا شوید. امیدوارم بااین کار توانسته باشم درآگاه کردن شما ازاین مسئله حیاتی در تربیت فرزندتان کمک کوچکی کرده باشم.

والدینی که مجهز به دانش مسائل تربیتی و مهارتهای فرزند پروری باشند خواهند توانست فرزندان سالم وآگاه تحویل جامعه دهند. اعتماد به نفس یکی از کلیدهای حیاتی ومهم برای رسیدن به موفقیت در هر مرحله از زندگی انسان

بهترین هدیه به فرزندانم

است. فردی که اعتماد به نفس بالا دارد قادر است خود را توانمند و مقاوم برای رسیدن به هدفش بداند. اصولاً بسیاری از مردم معنی واقعی اعتماد به نفس را نمی دانند به همین دلیل آن نوع از اعتماد به نفس مطلوب را در زندگی تجربه نمی کنند.

اولین نکته در ایجاد اعتماد به نفس ، این است که کودک را با نقاط ضعف و قوتش آشنا کنیم ، او را آگاه کنیم که با مسائل و مشکلاتی که ممکن است