

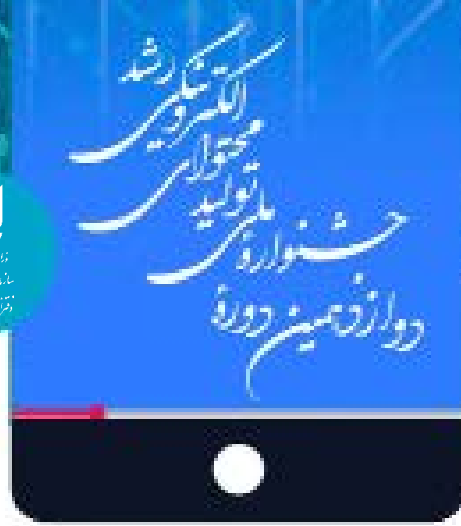


دوازدهمین دوره جشنواره ملی تولید محتوای آموزشی و تربیتی (الکترونیکی) رشد

کتاب تفکر و سبک زندگی

محورهای تولید محتوا

- ۱ اهمیت تفکر و تعقل و روش‌های فکرپروری؛
- ۲ آداب سخن گفتن و ارتباط کلامی؛
- ۳ آداب ارتباط غیرکلامی؛
- ۴ مهارت گوش دادن / گوش کردن؛
- ۵ مدیریت هیجانات مانند خشم، اضطراب و...؛
- ۶ مواجهه منطقی با مشکلات؛
- ۷ مواجهه منطقی با دیگران؛
- ۸ تصمیم‌گیری، مهارت‌های و مخاطرات آن؛
- ۹ هویت ملی-دینی؛
- ۱۰ فیلم آموزشی در حوزه روش پژوهش؛
- ۱۱ خودشناسی و اهمیت آن در اسلام و روان‌شناسی؛
- ۱۲ فنون خودشناسی؛
- ۱۳ موانع خودآگاهی؛
- ۱۴ مهارت‌های مطالعه و یادگیری؛
- ۱۵ مدیریت زمان؛
- ۱۶ هدف‌گذاری و برنامه‌ریزی؛
- ۱۷ خطاهای شناختی؛
- ۱۸ مهارت‌های ارتباطی و آداب معاشرت؛



- ۱۹ قلدری رایانه‌ای (سایبری)؛
- ۲۰ آداب معاشرت در فضای رایانه‌ای؛
- ۲۱ اهمیت و نحوه ارتباط با خانواده، خویشاوندان، همسایگان، معلمان و...؛
- ۲۲ مدیریت تعارض و اختلافات با دوستان و اعضای خانواده؛
- ۲۳ پیامدهای خشم؛
- ۲۴ مهارت‌های مهار خشم؛
- ۲۵ چیستی، علائم و چرایی اضطراب؛
- ۲۶ مهارت‌های مدیریت اضطراب؛
- ۲۷ مهارت‌های دوست‌یابی؛
- ۲۸ معیارهای انتخاب دوست؛
- ۲۹ آداب دوستی؛
- ۳۰ تاب‌آوری؛
- ۳۱ مهارت‌های مقابله با غم‌ها و غصه‌ها؛
- ۳۲ برنامه‌ریزی تحصیلی؛
- ۳۳ مهارت عزت نفس؛
- ۳۴ مراقبت از افراد بزرگ‌سال.