

عنوان مقاله:

آموزش مهارت های زندگی در خانواده و تربیت دینی

محل انتشار:

همایش منطقه ای روانشناسی و علوم تربیتی (سال: 1390)

تعداد صفحات اصل مقاله: 7

نویسندگان:

نوال میناوی - دستیار علمی روانشناسی دانشگاه پیام نور مسجد سلیمان

زینب رحیمی - دانشجوی روانشناسی

خلاصه مقاله:

هریک از ما طی روز دربارہ نحوه سپری کردن آن روز و چگونگی آن فکر برنامه ریزی و تصمیم گیری می کنیم و کارو فعالیت هایمان را دران مسیر متمرکزی کنیم جریان فعالیت های زندگی مسیره های متفاوت و پیشبینی ناپذیر دارد و هرروز دستخوش تغییر و تحول می شود گاه درموقعیت هایی قرار می گیریم که فکر می کنیم مسائل زندگی زیاد به نفع ما پیش نمی روند و گاه احساس می کنیم مردم آنقدرها که فکر می کنیم منصف نیستند و حساسیت لازم را ندارند البته این موضوعی نیست که تنها مختص به ما باشد بلکه امری فراگیر است و همهمردم به مقتضای شرایط خود درگیر ان هستند آنچه مهم است این است که انسان نه درخلا زندگی م یکنند و نه درخلا تصمیم گیری می کند ما با تغییرات زیادی دردنیای پیرامون خود مواجه ایم اما آنچه مسلم است این است که قوانین حاکم بردنیای ما چندان تغییر نکرده لذا دانستن آنها و احاطه به مهارت هایی که ما را دردستیابی به آنها کمک می کند از الزامات زندگی کنونی به حساب می آید نحوه سالم زیستن ارتباط مطلوب با دیگران انعطاف پذیری استفاده مطلوب و کنترل زمان اطلاع داشتن از حقوق قانونی و مشروع خود توانایی کنترل استرس و اضطراب و چگونگی دوری و اجتناب از اعتیادهای گوناگون درشرایط کنونی از جمله مسائلی اند که با آن سروکارداریم و احتراز از آنها امکان پذیر نیست

کلمات کلیدی:

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/162300>

