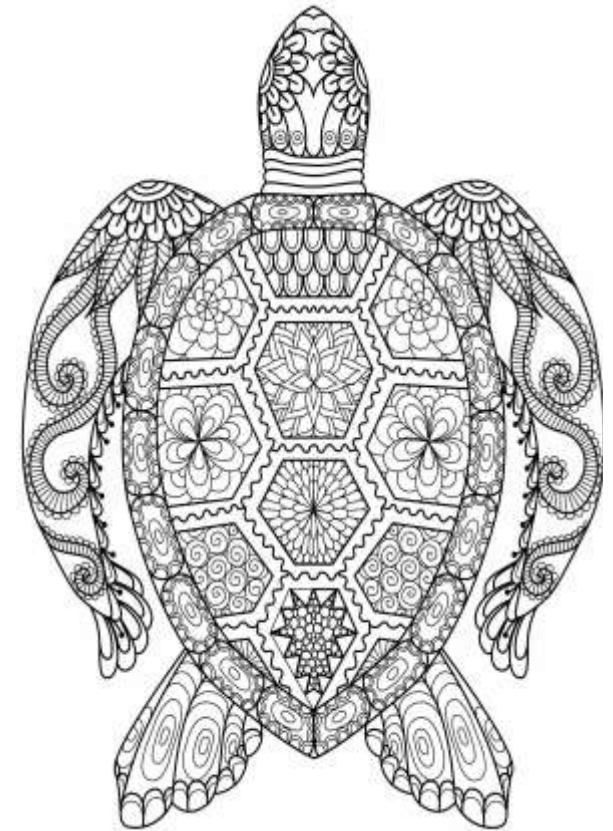


بخش اول : پدر و مادرانه



عرض سلام خدمت پدر و مادر های عزیز مدبرانی؛ از اینکه امسال افتخار همراهی شما پسرگواران رو دارم بی نهایت خوشحالم و امیدوارم که با کمک همدیگر بتوانیم به بهترین شکل، با دلپندگان همراه شویم و به او کمک کنیم. ضمن عرض تبریک شروع سال تحصیلی، معتخریم که بخشی جذاب با مطالبی آموزشی را تحت عنوان معرمانه به شما معرفی کنیم. تلاش ما در این قسمت ارائه ی مطالب مفید و کاربردی در جهت ایجاد ارتباط بهتر با نوجوان شماست.

یکی از مباحثی که شاید لازم باشد از همین ابتدای سال تحصیلی مورد توجه قرار گیرد ایجاد تصویر ذهنی مثبت از دلپندگان در ذهن خودش می باشد. زمانی که چیزی تحت عنوان ذهنیت مثبت به توانایی ها و تلاش های دانش آموز وجود نداشته باشد، انگیزه ای هم برای پیشرفت و تلاش بیشتر شکل نخواهد گرفت.

این کار باعث افزایش اعتماد بنفسش می شود و در نتیجه از توانایی های بالقوه اش می تواند به بهترین شکل استفاده کند. بهترین راه برای ساختن این حس مثبت تاکید روی نقاط قوت بچه هاست و در نهایت به آن ها پیاموریم که از استعدادها و آنچه که دارند نهایت لذت و استفاده را ببرند.

فاصله ی روحی خودگان را با دلپندگان، با درد دل کردن یا تعریف خاطرات کودکی کم کنید. با این کار به رشد معنوی و درک او کمک کرده اید. (از موضوعاتی که باعث تضعیف روحیه ی نوجوانتون می شود پرهیزید) از این که چند دقیقه از وقت ارزشمندتون رو به مطالعه معرمانه من اختصاص دادید سپاسگزاریم.

#روانشناس- زهراسروریان

بخش سوم : روانشناسانه

نارترین های پر تلاش مدبرانی سسسسااااام...

مهرتون کلی پخیر و شادی

الهی مهرتون پر از تجربه و اتقائای قشنگ باشه!!!!

خپ قول داده بودیم اینجا با هم کلی تجربه ی بحال برای رشد

شخصیت مون پخونیم و یاد بگیریم.

یه سورپرایز حقن داریم پراتوون!!!!

کیا می دونن life skill چیه؟؟؟

اصلا چرا باید یادش بگیریم!!!!

خپ ما اینجا قراره که ده مهارت پرتی که زندگیمون رو دگرگون

می کنه و مارو برای تبدیل شدن به مدیران مدبر آماده می کنه،

یاد بگیریم...

آماده ای که بیشتر راجع بهش پخونیم!!!!

قراره که اخر این دوره از هفته نامه مون ما بلد باشیم که چطوری

با چالش های زندگی مون کنار بیایم و رو به رو بشیم، چه

رقتاری در مقابلشون داشته باشیم و چطور حل مسئله و تصمیم

گیری کنیم!

این ده مهارت عبارتند از:

توانایی تصمیم گیری و حل مسئله

تفکر خلاقانه و تفکر نقادانه

مهارت ارتباطی و مهارت مدیریت رابطه

خود آگاهی و همدلی

مدیریت احساسات و هیجانات و مدیریت استرس

هفته ی آینده با هم اولین مهارت مون رو می خونیم و

تمرینش رو شروع می کنیم

راستییییی منتظر مسابقه های جذاب و جایزه های جذاب تر

باشید *_*

#روانشناس- زهراسروریان

“اگر واقعی می خواهی کاری انجام بدهی راهی پیدا می کنی،

اگر نمی خواهی بهانه ای پیدا می کنی.”

هیتم ران

بخش دوم : قهرمانان روز حساب

یازدهم تجربی های پر تلاشم

۱- ملیکا اهرامی ۸۶,۵۶

۲- سارا فخرزاده ۸۲,۴۴

۳- ریحانه نصیری تبار ۸۲,۱۱

۴- آوا پزشک ۸۰,۳۳

دم شما گرمم که با قدرت دارید پیش میرید *_*

دهم تجربی های خوش اخلاقم

۱- حنانه رزاقی ۹۰

۲- سارینا سیاح ۸۱,۶۷

بچنید که جدول در انتظار تونه کلاس دهم تجربی جان



خب بریم ببینیم مدبرانی ها چه کردند

این هفته ^ _ ^

انسانی های با منطق

۱- یلدا خالقی ۹۵,۸۳

۲- زهرا آقاهادی ۹۰,۸۳

۳- نیوشا بهاری ۹۰,۸۳

۴- نفیسه آچرلو ۸۷,۵۰

و!!!! او چه کردند انسانی!!!! *_*

مثل اینکه این هفته پرچم دست انسانی هاست!!!

تجربیا!!!! ریاضیا!!!! عجله کنیییییدد

یازدهم ریاضی های پر توانم

۱- سونیا آقایی ۸۶,۰۸

می دونم که همتون دارید پر قدرت پیش میرید و تلاش تون رو می کنید و مطمئنم که بزودی اسم خلیا

وارد جدول میشه!!!!

هفته ی دیگه می ترکونیم!!!



دهم ریاضی های زرنگم

۱- ستایش راستی فر ۸۱,۶۷

رفقا!!!! ما اینجا چشم انتظار استون هستیما!!!! ^ _ ^

مرسیی از سارینا که پرچم کلاسو بالا برده!!!!

