

# کتاب های خودیاری

برای نوجوانان



داون هوبنر

# وقتی از کوره در می‌رویم چه کار کنیم؟

راهنمای کودکان برای غلبه بر خشم

ترجمه: فرزانه صفری، پرویز علیزاده

تصویرگر: بونی متیوز





کلیس فریلند، زاکلین تانر

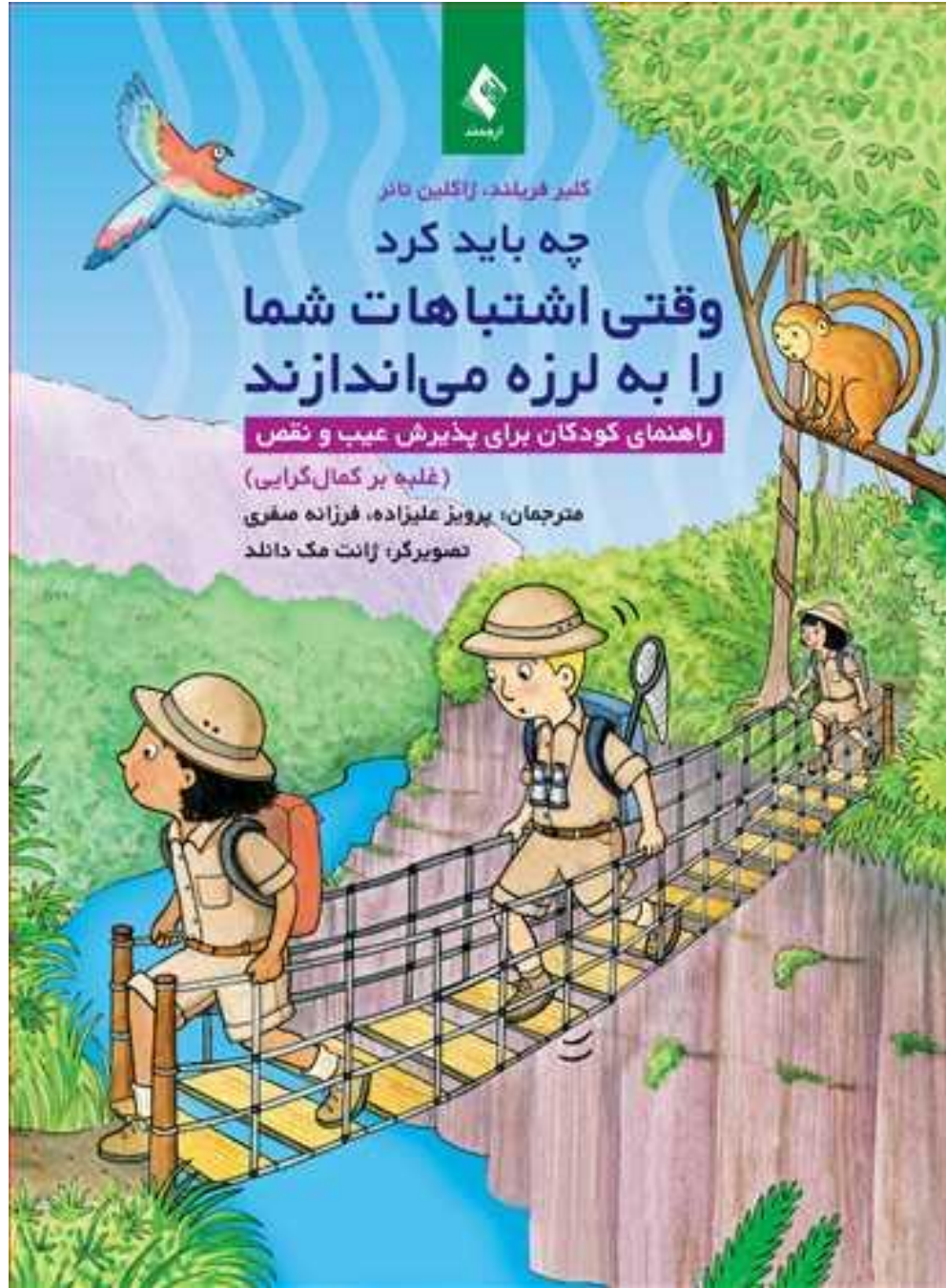
# چه باید کرد وقتی اشتباهات شما را به لرزه می‌اندازند

راهنمای کودکان برای پذیرش عیب و نقص

(غلبه بر کمال‌گرایی)

مترجمان: پرویز علیزاده، فرزانه مسیری

تصویرگر: زانت مک دانلد





داون هوبنر

# وقتی زیادی غری می‌زنیم چه کار کنیم؟

راهنمای کودکان برای غلبه بر منفی‌گرایی

ترجمه پرویز علیزاده و فرزانه صفری



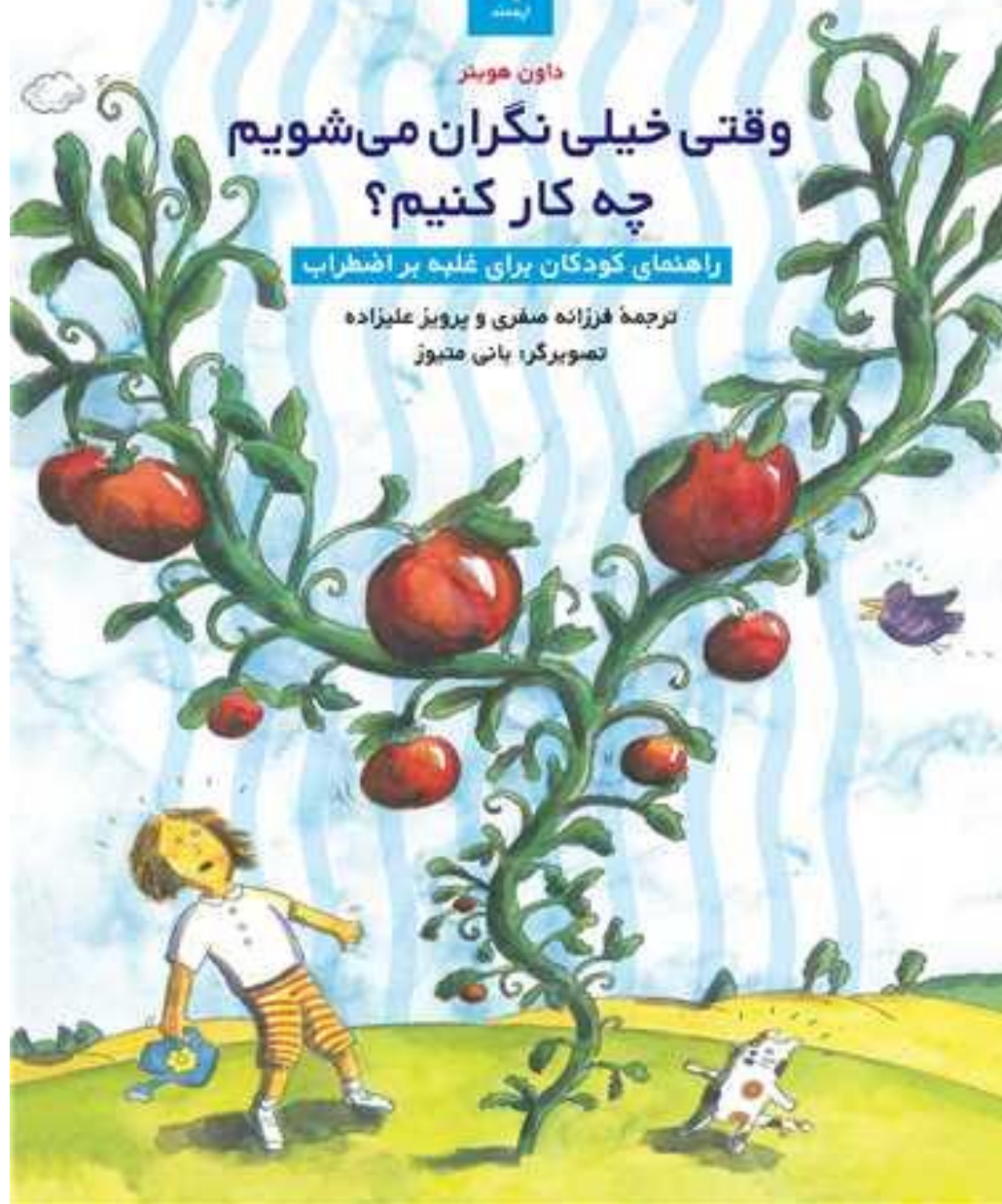


داون هوبنر

# وقتی خیلی نگران می‌شویم چه کار کنیم؟

راهنمای کودکان برای غلبه بر اضطراب

ترجمه فرزانه صفری و پرویز علیزاده  
تصویرگر: بانی متیوز





داون هوبز

چه کار کنم

وقتی نمی توانم راحت بخوابم؟

راهنمای کودکان برای غلبه بر مشکلات خواب

مترجمان: فرزانه صفری، پرویز علیزاده  
تصویرگر: بانی متیوز



کلر فریلند، ژاکلین توتر

# وقتی خیلی خجالت می کشیم چه کار کنیم؟

راهنمای کودک برای غلبه بر اضطراب اجتماعی

مترجمان: دکتر پرویز علیزاده، دکتر فروغ صفری  
نویسندگان: ژانت مک-دانیل



داون هوبنر

# چیرگی بر وسواس

ترجمه: شهلا بستمحسینی، دکتر کتابون خوشابی

تصویرگر: بونی متیوز



AMERICAN  
PSYCHOLOGICAL  
ASSOCIATION

