هێزی ئیرادە

Willpower



32896

- سایکۆلۆژیای ئاسان
- ئاراستەکردنی ئیرادە
- ڕەفتاری کرداریت چاکبکەرەوە
- بەسەر خۆتدا زاڵبە و ئاراستەی بیرکردنەوەت بگۆڕە

وەرگێڕانی: سەلاح سەعدی

Preview sample - page 1 of 3 - Soran University Academic Digital Library

له بڵاوکراوەکانی خانەی چاپ و پەخشی ڕێنما

ژمارە ٥٩٩



ناسنامەی کتێب

هێزی نیرادە

- وەرگێڕانی: سەلاح سەعدی
- بابەت: دەروونزانی
- دیزاینی و بەرگ: فواد کەوڵۆسی
- نۆبەتی چاپ: چاپی دووەم
- ساڵی چاپ: ٢٠٢٢
- شوێنی چاپ: چاپخانەی گەنج
- تیراژ: ١٠٠٠

ناونیشان

سلێمانی ــ سابوونکەران ــ نێوان گەراجی عوسمانی تەمین و شوقەکانی تەکیە ڕووتە.

ژمارەی مۆبایل: (٠٧٧٠١٥٧٤٢٩٣) (٠٧٥٠١١٩١٨٤٧)

Preview sample - page 2 of 3 - Soran University Academic Digital Library

پێڕست

پێشەکی وەرگێڕ ٥

پێشەکی ٩

ناراستەکردنی نێرادە ٢١

وێژدان و ڕۆیشتن ٢٩

بەڕێوەبەری حەزو نارەزووەکان ٢٩

دادوەرو فەرمانڕەوای دەروونتبە! ٣٩

چالاکی و سستی ٤٥

نێرادەو بڕیار ١٢١

نێرادە لەنێوان نەفس وسۆزدا ١٢٥

چیت دەوێت؟ ١٣٩

مەرجەکانی سەرخستنی نێرادە ١٤٧

هەژموون و دەسەلاتی نێرادە ١٦١

چەند ڕاهێنانێکی دەروونی و تەندروستی ١٦٢

Preview sample - page 3 of 3 - Soran University Academic Digital Library