

## על הספר: אין כמוך : מדריך להערכה עצמית

מחברים: מחבר/ת: אוניל, פופי

סימן מדף: אונ

מספר מיון: 155.4

משפט אחריות: פופי אוניל ; תרגום: אורלי אגרנט ; עריכה: דניאלה ישורון

מדיה: ספרים

סוג: עיון ילדים ונוער

עמודים: 153 עמודים

גובה: 21 ס"מ

מוציאים לאור: שמואל זימזון בע"מ מקום הוצאה: תל אביב, ספר לכל

שנת הוצאה: 2025

מס. המרכז לספריות וספרות: 25-0719

שפה: עברית

תאריך קטלוג: 31/05/2026

מילות מפתח: ילדים, דימוי עצמי, הרפיה, הדרכה, פסיכולוגיה קוגניטיבית

### תקציר:

האם ילדיכם מרגישים לעיתים מבודדים, והאם הם מתמודדים עם מעורבות במצבי חברות? האם הם לחוצים לגבי מה אנשים חושבים עליהם, או שמא הם רק מעט חסרי ביטחון? איך הם מרגישים לגבי עצמם? אלו סימנים שיכולים להעיד על כך שילדיכם חווים הערכה עצמית נמוכה. המדריך המעשי הזה משלב שיטות של תרפיה התנהגותית-קוגניטיבית, שבהן משתמשים פסיכולוגים בבתי הספר עם פעילויות פשוטות שאמורות לסייע לילדיכם לפתח את ההערכה העצמית שלהם. -- מהכריכה האחורית