

نقش اضطراب بر اعتقادات مذهبی

مؤلف:

رسول رزاق خوش برش

سرشناسه: رزاق خوش برش، رسول، ۱۳۵۴.
عنوان و نام پدیدآور: نقش اضطراب بر اعتقادات مذهبی / مؤلف: رسول رزاق خوش برش
مشخصات نشر: قم، آستان مهر، ۱۳۹۶.

ISBN: ۹۷۸-۶۰۰-۸۷۱۵-۳۸-۲ مشخصات ظاهری: ۱۰۴ ص.

وضعیت فهرست نویسی: فیا

موضوع: اضطراب - پاورها

موضوع: اضطراب و استرس - رفتارها و هنجارها

رده بندی کنگره: ۱۳۹۵، ۴۶ پ ۹۷ الف / ۴۶ BP۳۰

رده بندی دیسی: ۴۳۰۳۶

شماره کتشناس: ۵۴۵۴۳۱۸

انتشارات

آستان مهر

قم، آستان مهر

همراه: ۰۹۲۱۵۱۳۸۱۵

نقش اضطراب بر اعتقادات مذهبی

مؤلف: رسول رزاق خوش برش

چاپخانه / صحافی: ولیعصر / براتی

قطع / تعداد صفحات: رقعی / ۱۰۴ صفحه

نوبت چاپ / قیمت: اول، ۱۳۹۶ / ۷۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۸۷۱۵-۳۸-۲

کلیه حقوق محفوظ و مخصوص مؤلف می باشد.

فهرست مطالب

فصل اول

کلیات

- ۱۴..... مقدمه
- ۱۶..... بیان مسئله
- ۲۰..... اهمیت و ضرورت

فصل دوم

ادبیات نظری

- ۲۴..... مقدمه
- ۲۴..... معنویت: جایگزینی معاصر برای دین
- ۲۶..... نظریه رفتار به عنوان حربه ای برای حمله به دین
- ۲۸..... بزرگ نمایی عوامل وراثتی
- ۲۹..... دو نوع پارسایی: درونی و برونی
- ۳۱..... آیا می توان ایمان مذهبی را بدرستی اندازه گرفت؟
- ۳۲..... دین از دیده گاه فروید
- ۳۳..... فروید چه چیز را به جای دین پیشنهاد می کند؟

- ۳۴.....فرا روانشناسی
- ۳۶.....پلی میان روانشناسی و دین
- ۴۰.....۱- افسردگی به خاطر نرسیدن به خواسته ها
- ۴۰.....۲- افسردگی با وجود امکانات رفاهی
- ۴۱.....۳- راه چاره چیست ؟
- ۴۲.....۴- دین بهترین راه نجات
- ۴۳.....۵- رابطه آرامش و جهان بینی
- ۴۵.....۶- راههای دیگر نجات
- ۴۶.....روان شناسی و دین
- ۴۷.....قسمت اول: از دیدگاه روانشناسان
- ۴۹.....قسمت دوم: از دیده گاه قرآن و احادیث
- ۵۰.....دین و درمان بیماریهای روانی
- ۵۳.....شیوه‌های مختلف درمان در بیماران روحی
- ۵۴.....دین و مشکلات اضطرابی
- ۵۶.....مقدمه
- ۵۷.....تعریف اضطراب
- ۵۷.....ICD طبقه بندی بین المللی بیماریها
- ۵۸.....حالات اضطراب
- ۵۹.....اختلال وحشتزدگی

اختلال اضطراب فراگیر	۶۰
اختلال اضطرابی غیر نوعی	۶۲
اقسام دوگانه اضطراب	۶۲
کی و به چه کسانی ضربه می‌زند؟	۶۴
د چه زمانی شروع می‌شود؟	۶۴
بخش دوم: مراحل هفت گانه بیماری	۶۵
کودان و نوجوانان: زده	۷۵
اضطراب زده - اضطراب حالت	۷۶
علامه اضطراب	۷۷
علامه رفتاری:	۷۷
علامه فیزیکی:	۷۷

فصل سوم

بحث و نتیجه‌گیری

خلاصه	۸۴
بحث و نتیجه‌گیری	۸۶
نتیجه‌گیری	۸۸
پیشنهادهات و راهکارها برای مقابله با اضطراب	۸۸
پنج قاعده برای مقابله با اضطراب	۸۸
کنترل ویژگی اضطراب را	۹۱

- ۹۱..... کمال گرا نباشید
- ۹۲..... خودتان را بپذیرید
- ۹۳..... به علایم استرس توجه کنید
- ۹۳..... در مورد کنترل انعطاف پذیر باشید
- ۹۴..... پذیرش:
- ۹۴..... شکایت:
- ۹۴..... متمایل بودن:
- ۹۴..... شوخ طبعی
- ۹۵..... چگونگی مقابله با اضطراب
- ۹۵..... کنترل بدن
- ۹۵..... خود آرام سازی:
- ۹۶..... حساسیت زدایی منظم:
- ۹۷..... غرقه سازی و غرقه سازی تجسمی:
- ۹۸..... استفاده از توانایی تفکر
- ۹۸..... ارزیابی تفکر خود:
- ۹۸..... ارزیابی ادراکات خود:
- ۹۹..... حرف زدن با خود هنگام مواجه با مشکلات:
- ۱۰۰..... کنترل رژیم غذایی و ورزش
- ۱۰۰..... پرهیز از خود درمانی

۱۰۲..... منابع و مأخذ

۱۰۲..... کتاب‌ها :

۱۰۳..... مقاله‌ها :

www.ketab.ir