

تأثیر تلفن همراه بر سلامت روان و تاب آوری

www.ketab.ir

نویسندگان:
ابراهیم شیرالی
راضیه درویشی



سازمان اسناد و کتابخانه ملی
جمهوری اسلامی ایران

سرشناسه: شیرالی، ابراهیم

عنوان و نام پدیدآور: تأثیر تلفن همراه بر سلامت روان و تاب‌آوری نویسندگان ابراهیم شیرالی، راضیه درویشی.
مشخصات ظاهری: ۱۱۰ ص.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۴۵-۳۰۹-۸

وضعیت فهرست نویسی: فیا

موضوع: تلفن همراه -- ایران -- جنبه‌های روان‌شناسی -- نمونه پژوهی

موضوع: Cell phones -- Iran -- Psychological aspects -- Case studies

موضوع: تاب‌آوری -- ایران -- نمونه پژوهی

موضوع: Resilience (Personality trait) -- Iran -- Case studies

موضوع: دلبستگی -- ایران -- نمونه پژوهی

موضوع: Attachment behavior -- Iran -- Case studies

شابک: رده: درسی، راضیه

رده بندی: ۳۹۷: ۹۰۰/ش ۱۰۱۷ HM

رده بندی دیوید: ۰۳۲۰۰

شماره کتابشناسی ملی: ۲۰۲۹۲



اثرات پژوهشگران راه دانش

ناشر: پژوهندگان راه دانش

شماره نشر: ۱۳۰۶

نام کتاب: تأثیر تلفن همراه بر سلامت روان و تاب‌آوری

مؤلف: ابراهیم شیرالی-راضیه درویشی

تیراژ: ۱۰۰۰

نوبت چاپ: اول ۱۳۹۷

چاپ: ترنگ

صفحه آرای: پژوهندگان

سایز: وزیری

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۴۵-۳۰۹-۸

قیمت: ۱۵۰۰۰ تومان

www.ketab.org.ir

حق چاپ و نشر محفوظ است.

طبق قانون حقوق نویسندگان و مصنفان هرگونه کپی برداری به هر روش پیگرد قانونی دارد.

تهران: خیابان ۱۶ آذر شمالی، ساختمان بعثت، طبقه سوم ۶۶۱۳۰۵۵۴ - ۹۱۲۸۸۸۴۹۶۹

اهواز: خیابان نادری شرقی، نبش خیابان کرمی خراط ۳۲۳۱۹۲۰۲ - ۳۲۳۰۲۸۰۲ - ۹۱۶۱۱۸۵۱۱۸

فهرست

۷	 مقدمه
۹	 فصل اول: مروری بر ادبیات و پیشینه
۱۱	 تاب آوری
۱۱	 تعاریف تاب آوری
۱۴	 ابعاد اساسی تاب آوری
۱۶	 ویژگی‌های افراد تاب آور
۱۷	 مبانی نظری تاب آوری
۱۹	 مبانی پژوهشی تاب آوری
۲۲	 سلامت روان
۲۲	 مفهوم سلامت روان
۲۵	 دیدگاه‌های سلامت روانی
۲۵	 دیدگاه فروید
۲۶	 دیدگاه وجودی
۲۷	 کارل یونگ
۲۸	 دیدگاه الیس و بک
۳۰	 آلفرد آدلر
۳۱	 دیدگاه کارل راجرز
۳۲	 دیدگاه اریک فروم
۳۳	 دیدگاه فریتز پرلز
۳۴	 دیدگاه اسکینر
۳۴	 ابعاد سلامت روان
۳۵	 شکایت جسمانی
۳۵	 اضطراب
۳۷	 کارکرد اجتماعی و سلامت روان
۳۸	 افسردگی

۳۸	 علائم هیجانی و انگیزشی
۳۹	 علائم شناختی
۴۰	 علائم رفتاری
۴۰	 علائم فیزیولوژیک
۴۱	 سبک‌های دلبستگی
۴۲	 تعریف دلبستگی و سبک دلبستگی
۴۳	 نظریه‌های دلبستگی
۴۳	 نظریه دلبستگی بالبی
۴۴	 دیدگاه آنا فروید در مورد دلبستگی
۴۵	 دیدگاه مارگارت ماehler
۴۶	 دیدگاه رفتارگرایی
۴۶	 دیدگاه کردلش اسم
۴۷	 مراحل دلبستگی
۴۷	 مرحله پیش دلبستگی (تولد تا ۶ هفتگی)
۴۷	 مرحله‌ی تمرکز بر آشنایان (۶ هفته‌گی تا ۸-۶ ماهگی)
۴۸	 مرحله‌ی دلبستگی واضح (۸-۶ ماهگی تا ۱۸ ماهگی الی ۲ سالگی)
۴۸	 تشکیل رابطه‌ی متقابل (۱۸ ماهگی تا ۲ سالگی و بعد از آن)
۴۸	 مشخصه‌های اصلی نظریه دلبستگی
۴۹	 ویژگی‌های سبک‌های دلبستگی در کودکان و بزرگسالان
۵۰	 مبنای درمانی نظریه دلبستگی
۵۱	 پایگاه امن
۵۲	 اکتشاف گری و لذت
۵۳	 اعتراض و خشم
۵۴	 فقدان
۵۵	 بازتابشگری و روایت‌گری
۵۵	 نظریه دلبستگی و روان درمان‌گری
۵۵	 روان درمان‌گری تحلیلی
۵۶	 شناخت درمان‌گری
۵۷	 گروه درمان‌گری
۵۷	 تفاوت‌های فردی در کارکرد سیستم دلبستگی
۵۸	 عملکرد بیولوژیکی سیستم دلبستگی

۵۹	مبانی نظری استفاده آسیب‌زا از تلفن همراه
۵۹	استفاده آسیب‌زا از تلفن همراه
۶۰	انواع کاربردهای تلفن همراه
۶۰	تماس‌های تلفنی
۶۰	تأثیر جنسیت بر استفاده از تلفن همراه
۶۶	تحقیقات انجام شده در ایران
۶۸	تحقیقات انجام شده در خارج
۶۹	فصل دوم: روش‌ها
۷۱	روش
۷۱	ابزارهای اندازه‌گیری
۷۱	مقیاس تاب‌آوری
۷۲	پایایی و روایی پرسشنامه
۷۲	مقیاس سلامت روان
۷۲	پایایی و روایی
۷۳	مقیاس تجدید نظر شده سبک‌ها، دلبستگی (RAAS)
۷۳	پایایی و روایی
۷۴	مقیاس استفاده آسیب‌زا از تلفن همراه
۷۵	پایایی و روایی
۷۵	روش اجرا
۷۵	روش‌های تجزیه و تحلیل داده‌ها (ابزار آماری)
۷۷	فصل سوم: نتایج
۷۹	یافته‌های توصیفی
۸۰	یافته‌های مربوط به فرضیه‌ها
۸۵	نتیجه‌گیری
۹۱	منابع
۹۳	منابع فارسی
۹۷	منابع غیر فارسی
۱۰۳	پیوست‌ها
۱۰۵	پرسشنامه سلامت روان

پرسشنامه تاب آوری ۱۰۷

پرسشنامه استفاده آسیب‌زا از تلفن ۱۰۹

www.ketab.ir

مقدمه

امروزه فن آوری‌های نوین اطلاعاتی و ارتباطی به ویژه فن آوری تلفن همراه، شیوه‌های برقراری ارتباط، شیوه زندگی و یادگیری را به گونه‌ای جدید تغییر داده است که از جمله شیوه‌های برقراری ارتباط می‌توان به خدمات پیام کوتاه، پیام‌های چندرسانه ای، بلوتوث اشاره کرد. اهمیت تلفن همراه در زندگی دانش آموزان به حدی است که آن را بعد از اینترنت، عاملی مهم در زندگی خود تلقی می‌کنند (مک فارلان، ۲۰۰۷).

مفهوم سلامت، همچنین دربرگیرنده مفاهیمی همچون احساس خوب بودن و اطمینان از خودکارآمدی، انکا به خود، ظرفیت رقابت، تعلق بین نسلی و خودشکوفایی توانایی‌های بالقوه فکری، بیجان بر غیره است و فقدان بیماری و علایم را نیز شامل می‌شود. سلامت روانی به عنوان یکی از ارکان سلامتی، لازمه یک زندگی مفید، موثر و رضایت‌بخش فردی است و مسئول، سنجش، ارزیابی، کنترل، درمان و بهبود بخشیدن آن قبل از هرکس بر عهده متخصصان علوم رفتاری و اجتماعی می‌باشد (پاکیزه، ۱۳۸۷). در حیطه روان شناسی تحولی، تاب آوری به عنوان یک فرآیند پویای مقابله موفق با شرایط ناگوار^۱ مورد مطالعه قرار گرفته است. استفاده از تحقیق معلوم شده که مباحث قابل ملاحظه‌ای در مورد تعریف و عمل گرایی تاب آوری وجود دارد. در مطالعات طولی که در چارچوب این رویکرد در جمعیت‌های پرخطر انجام گرفته، درصدی از این افراد به مشکلات و آسیب‌هایی مبتلا می‌شدند، اما درصد بیشتری نیز سالم می‌ماندند. محققان برای این افراد که در شرایط ناگوار و پرخطر، پیامدهای نامطلوب را نشان نمی‌دادند، اصطلاحات گوناگونی مثل آسیب ناپذیر، مقاوم در برابر استرس^۲ و سرسخت^۳ به کار برده‌اند. اخیراً نیز اکثر محققان واژه تاب آور را برای مواجهه فرد در برابر شرایط پرخطر و ناگوار به کار می‌برند (بنارد^۴، ۱۹۹۱).

روانشناسان رشد، در مورد ریشه‌ها یا عوامل تعیین کننده دل‌بستگی، دو تبیین مختلف ارائه داده‌اند. تبیین اول بر دورنمای رفتار شناختی و تبیین دوم بر چشم انداز یادگیری تکیه دارد. به عقیده بالبی (۱۹۶۹)، کردارشناس علاقمند به روانکاوی، پایه‌های زیستی

1. Adversity
2. Stress-resistant
3. Hardy
4. Benard

رفتارهای دلبستگی، در صورتی که از دیدگاه تکاملی مطالعه شود، آسانتر قابل درک خواهد بود. برای این که نوع انسان، به رغم طولانی بودن دوره ناپختگی و آسیب پذیری، بتواند زنده بماند، مادر و کودک تمایل ذاتی دارند که به یکدیگر دلبسته شوند. این دلبستگی متقابل موجب می‌شود که کودک، زمانی که انسان‌ها در گروه‌های کوچک چادرنشینی زندگی می‌کردند، از گزند حیوانات شکاری مصون بماند (گنجی، ۱۳۷۹).