

تأثیر آموزش نقاشی بر اضطراب، استرس

منصوره استقامت

محمد شهرکی

www.ketab.ir



سرشناسه: استقامت، منصوره، ۱۳۵۴ -
عنوان و نام پدیدآور: تاثیر آموزش نقاشی بر اضطراب، استرس/منصوره استقامت، محمد شهرکی
ویراستار: عبدالحسین محمدزاده نارویی.
مشخصات نشر: زاهدان: دیار آفتاب، ۱۴۰۰.
مشخصات ظاهری: ۱۰۲ ص.: جدول.
شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۹۶۲-۰۸-۶
یادداشت: کتابنامه: ص. ۱۰۳-۱۰۰.

موضوع: نقاشی -- راهنمای آموزشی (متوسطه) -- نمونه پژوهی
موضوع: Painting -- Study and teaching (Secondary) -- Case studies
موضوع: اضطراب در نوجوانی -- ایران -- نمونه پژوهی
موضوع: Anxiety in adolescence -- Iran -- Case studies
موضوع: فشار روانی -- ایران -- نمونه پژوهی
موضوع: Stress (Psychology) -- Iran -- Case studies
موضوع: هنردرمانی برای نوجوانان -- ایران -- نمونه پژوهی
موضوع: Art therapy for teenagers -- Iran -- Case studies
شناسه افزوده: شهرکی، محمد، ۱۳۵۶ -

رده بندی کنگره: ND۱۲۱۵

رده بندی دیویی: ۷۱۷۵۰

شماره کتابشناسی ملی: ۸۶۵۴۶۰۲

اطلاعات رکورد کتابشناسی: فیپا



تاثیر آموزش نقاشی بر اضطراب، استرس

نویسندگان: منصوره استقامت/ محمد شهرکی

ویراستار: عبدالحسین محمد زاده نارویی

طراح جلد: علی رهدار

چاپ و صحافی: سام

نوبت چاپ: اول: ۱۴۰۰

شمارگان: ۱۰۰ نسخه؛ وزیری؛ ۱۰۲ صفحه

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۹۶۲-۰۸-۶ قیمت: ۳۰۰۰۰ تومان

© تمام حقوق چاپ و نشر این اثر محفوظ است.

تلفن: ۰۹۱۵۵۴۳۷۱۲۱

انتشارات دیار آفتاب: زاهدان، زیباشهر، نبش البرز و شورا

فهرست مطالب

۹	 مقدمه
۱۱	 فصل اول: کلیات پژوهش
۱۳	 اهمیت پژوهش
۱۴	 اهداف پژوهش
۱۴	 سوالات پژوهش
۱۵	 فرضیه های پژوهش
۱۵	 تعاریف مفهومی
۱۵	 افسردگی
۱۶	 نقاشی
۱۶	 روش انجام تحقیق
۱۸	 ابزار گردآوری اطلاعات
۱۸	 جامعه آماری
۱۸	 پیشینه ی پژوهش
۲۱	 فصل دوم: مبانی نظری پژوهش
۲۲	 تعریف آموزش
۲۳	 اهداف آموزشی
۲۳	 تاریخچه ی آموزش در ایران
۲۵	 آموزش پس از ورود اسلام
۲۶	 آموزش در دوره ی قاجار
۲۶	 تاریخچه ی مکتب خانه ها
۲۷	 انواع مکتب خانه
۳۰	 مکتب آخوند باجی
۳۴	 امکانات آموزشی
۳۵	 آموزش مدرن در ایران
۳۶	 تعریف نقاشی
۳۷	 آموزش نقاشی
۳۷	 تحولات مواد درسی در آموزش هنر در تاریخ معاصر
۴۱	 برنامه ی درسی هنر در مقاطع تحصیلی
۴۱	 اصول برنامه درسی هنر
۴۶	 ارتباط با طبیعت

۴۷	نقاشی
۴۸	کار دستی
۴۹	تربیت شنوایی
۵۰	قصه و قصه گوئی
۵۱	نمایش
۵۴	اهمیت نقاشی برای کودکان و نوجوانان
۵۵	زیبایی شناختی در آموزش هنر
۵۸	مبانی هنرهای تجسمی
۵۸	عناصر بصری:
۶۰	کیفیات بصری:
۶۲	مفهوم رنگ
۶۳	ماهیت رنگ
۶۳	کیفیت ذهنی رنگ
۶۴	طراحی
۶۵	انواع ابزار اثر گذار در آموزش نقاشی
۶۵	زغال
۶۵	مداد
۶۶	قلم فلزی
۶۷	گچ
۶۷	قلمو
۶۸	انواع زمینه (کاغذ و مقوا)
۶۹	انواع پاکن
۶۹	انواع تکنیک نقاشی
۶۹	رنگ روغن
۷۰	تکنیک آبرنگ
۷۱	آب مرکب
۷۱	پاستل
۷۱	اکرولیک
۷۱	گواش
۷۲	کلاژ
۷۳	مداد رنگی
۷۳	اضطراب
۷۴	استرس
۷۵	افسردگی

با توجه شیوع اختلالات روانی در کشورهای در حال توسعه، افسردگی و استرس در میان زنان نسبت به مردان بیشتر است. نقش پر رنگ دختران در خانواده و در اجتماع در قالب فرصتهای مختلف اجتماعی در دنیای مدرن امروزی، باعث ایجاد مشکلاتی شده از این رو تامین بهداشت روانی دختران به افزایش کارایی در زمینه های فردی و اجتماعی می انجامد. اضطراب و استرس یکی از جنبه های اجتناب ناپذیر زندگی انسان معاصر است و به عنوان تنش و فشار هیجانی در فرد در برابر محرک های محیطی ایجاد می شود. آموزش نقاشی، یک روش فراقکن است که نوجوان به کمک آن دلهره های درونی را آشکار می کند و به کنترل احساسات هنگام استرس می پردازد و اثر مخرب آنها را کاهش می دهد. بسیاری از پژوهندگان بر این عقیده هستند که تشخیص و درمان ناسامانی های روانشناختی نوجوانان می توان از نقاشی بهره گرفت. این پژوهش با هدف بررسی تاثیر آموزش نقاشی بر استرس و افسردگی دختران نوجوان (هنرستان) انجام گرفت. روش پژوهش نیمه آزمایشی از نوع پیش آزمون-پس آزمون بود. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه دانش آموزان دختر هنرستان در مدارس مناطق ۲ گانه ی شهر اهوان در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۳۹۹ تشکیل داد. آموزش نقاشی، در ۸ جلسه ۴۵ دقیقه ای روی گروه آزمایش اجرا شد، اما گروه کنترل تا پایان مطالعه، مداخله ای دریافت نخواهند نمود. بنابر یافته های پژوهش، می توان برای کاهش استرس، اضطراب و افسردگی دختران نوجوان (هنرستان)، از آموزش نقاشی سود جست.