

# عزت نفس و خانواده

مفاهیم نوین در روانشناسی مثبت‌گرا

جمع‌آوری، ترجمه، تدوین

آذین سروش‌والا

کارشناس ارشد روانشناسی عمومی

www.ketab.ir

سرشناسه: سروش والا، آذین، ۱۳۶۸، گردآورنده، مترجم

عنوان و نام پدیدآور: عزت نفس و خانواده: مفاهیم نوین در روانشناسی مثبت گرا/ جمع آوری، ترجمه و تدوین آذین سروش والا. مشخصات نشر: تهران: انتشارات ماهواره، ۱۳۹۹. مشخصات ظاهری: ۱۲۰ ص؛ ۵/۱۴×۲۱/۵ س.م. شابک: ۱-۰۳۲-۲۶۶-۶۲۲-۹۷۸- وضعیت فهرست نویسی: فیا- یادداشت: کتابنامه: ص. [۱۰۹] - ۱۱۴. عنوان دیگر: مفاهیم نوین در روانشناسی مثبت گرا. - موضوع: عزت نفس -- جنبه‌های روان‌شناسی - موضوع: Self-esteem -- Psychological -- Positive psychology - رده بندی کنگره: BF۵/۶۹۷ - رده بندی دی‌بی: ۱/۱۵۷ - شماره کتابشناسی ملی: ۷۳۰۴۲۷۰

## عزت نفس و خانواده

مفاهیم نوین در روانشناسی مثبت گرا

جمع آوری، ترجمه، تدوین: آذین سروش والا

ناشر: بوز، تهران، ماهواره

نوبت چاپ: اول، ۱۳۹۹

شابک: ۱-۰۳۲-۲۶۶-۶۲۲-۹۷۸

ناظر کتاب: محسن محمدی

ویراستار: زهرا سرهنگی

تیراژ: ۵۰۰ جلد

قیمت: ۲۲۰۰۰ تومان

آماده سازی و چاپ: موسسه عصر دانش

آدرس: تهران، میدان انقلاب ضلع جنوب شرقی ساختمان مترجمان پلاک ۱۷ طبقه دوم،

66971521, 09185351047

مسئولیت صحت مطالب و پاسخگویی به شکایت های حقوق مادی و معنوی کتاب

بر عهده مولف است.

کلیه حقوق محفوظ است.

## پیشگفتار:

روانشناسی مثبت گرا، مطالعه علمی یک زندگی سالم و شکوفا است. هدف روانشناسی مثبت گرا، تکمیل و گسترش روانشناسی سنتی مسئله محور است و در دهه های اخیر رواج یافته است. روانشناسی مثبت گرا مربوط به حالات روانشناختی مثبت، ویژگی های مثبت روانشناختی، رابط مثبت و نهادهای مثبت است. تحقیقات نشان داده است که در این هام سلامت روانشناختی با آینده سلامت جسمانی فرد مرتبط است. اما اخلاقیات روانشناسی مثبت باعث بهبود سلامت جسمی می شود. روانشناسی مثبت گرا بر اجتناب و خنثی سازی مشکلات تاکید می کند و حواس را بهبود عملکردهای مثبت در زندگی شخصی هر فرد است.

در این کتاب با استفاده از تالیفات گوناگون در حوزه روانشناسی ابتدا به تعاریف متغیرهای مهم در روانشناسی مثبت گرا پرداخته می شود و عزت نفس به عنوان یکی از متغیرهای مهم در فرایند پرورش کودکان از جوانب گوناگون مورد بحث و بررسی قرار گرفت.

امید است این مجموعه گردآوری شده به بهبود ادبیات و گسترش دیدگاه محققان و پژوهشگران کمک نماید.

آذین سروش والا

شهریور ۱۳۹۹

# فهرست کتاب

| صفحه | عنوان                                                    |
|------|----------------------------------------------------------|
| ۳    | عزت نفس                                                  |
| ۴    | انگیزه عزت نفس                                           |
| ۱۴   | تعریف اصلی                                               |
| ۲۱   | عزت نفس به عنوان صلاحیت است                              |
| ۲۸   | عزت نفس عنوان ارزش                                       |
| ۳۴   | عزت نفس به عنوان شایستگی و ارزش                          |
| ۴۰   | تعریف اصیل خودمآری - خود ایستایی در زندگی هر روزه        |
| ۴۸   | تعریفی از دو فاکتور تعیین کننده عزت نفس                  |
| ۵۳   | مشکلات تحقق عزت نفس                                      |
| ۵۵   | پارادوکس های عمده عزت نفس                                |
| ۵۸   | آیا عزت نفس یک محصول توسعه ای است یا یک فرایند؟          |
| ۶۱   | آیا عزت نفس متغیر مستقل است یا متغیر وابسته؟             |
| ۶۲   | مشکلاتی که با ارزیابی خودآموز بررسی می شوند              |
| ۶۸   | مشکلات ویژه ای که با مطالعه علمی - انتزاعی ایجاد می شوند |
| ۷۰   | درون نگری                                                |
| ۷۲   | مطالعه موردی                                             |
| ۷۲   | روش مصاحبه                                               |

|     |                                                |
|-----|------------------------------------------------|
| ۷۳  | روشهای مشاهده                                  |
| ۷۳  | روش همبستگی                                    |
| ۷۴  | تحقیقات تجربی                                  |
| ۷۶  | مسئله پارادایم های علمی و تحقیق خودمختار       |
| ۷۹  | یک به ستار روش شناختی                          |
| ۸۰  | روشهای فنولوژی                                 |
| ۸۴  | پیشرفت های روش های علمی در تحقیق خودمختار      |
| ۸۹  | توصیف یکپارچه                                  |
| ۹۳  | سؤال از اعتبار و تحقیق خودمختار                |
| ۹۹  | یافته های برتر عزت نفس                         |
| ۱۰۰ | عوامل ژنتیکی که بر روی عزت نفس تأثیر می گذارند |
| ۱۰۰ | پیش بینی های ژنتیکی                            |
| ۱۰۲ | پذیرش والدین                                   |
| ۱۰۳ | انتظارات والدین و ثبات                         |
| ۱۰۴ | سبک والدین                                     |
| ۱۰۵ | سایر عوامل والدین                              |
| ۱۰۶ | خلاصه                                          |
| ۱۰۹ | منابع                                          |