

شادکامی

(بر مبنای سرمایه روان‌شناختی)

www.ketab.ir

تألیف

سیده مهتاب امیرآبادی زاده

فهرست نویسی

سرشناسه	امیرآبادی زاده، سیده مهتاب، ۱۳۵۶
عنوان و نام پدیدآوران	شادکامی: بر مبنای سرمایه روان شناختی / تألیف سیده مهتاب امیرآبادی زاده
مشخصات نشر	تهران، رشد فرهنگ، ۱۴۰۰
مشخصات ظاهری	۸۴ ص؛ ۱۴/۵×۲۱/۵ س.م
شابک	۹۷۸-۶۲۲-۲۰۵-۵۲۴-۰۰
وضعیت فهرست نویسی	فیا
یادداشت	کتابنامه: ص. [۷۹] - ۸۴
موضوع	خوشبختی Happiness
موضوع	روان شناسی مثبت گر / Positive psychology
رده بندی کنگره	BF۵۷۵
رده بندی دیویی	۱۵۰
شماره کتابشناسی ملی	۸۷۷۲۰۹۵
اطلاعات رکورد کتابشناسی	فیا

www.ketab.ir

این اثر مشمول قانون حمایت حقوق مؤلفان و مصنفان و هنرمندان مصوب ۱۳۴۸/۱۰/۱۱ است. فردی که تمام یا بخشی از این اثر را بدون اجازه ناشر، حروف چینی، چاپ، فتوکی و انواع دیگر چاپ، عکس برداری، تبدیل به □□□، و به هر شکلی تکثیر، نشر، پخش و یا عرضه کند، در صورت آگاهی پدیدآورنده، مورد پیگرد قانونی قرار خواهد گرفت و در هر صورت از نظر، اخلاقی، شرعی و قانونی غیر مجاز است.

نام کتاب	:	شادکامی (بر مبنای سرمایه روان‌شناختی)
تألیف	:	سیده مهتاب امیرآبادی‌زاده
صفحه‌آرایی	:	انتشارات رشد فرهنگ
طراح جلد	:	مهندس ریحانه رحیمی
لیتوگرافی، چاپ و صحافی	:	واصف
نوبت چاپ	:	اول - بهار ۱۴۰۱
شمارگان	:	۳۰۰ نسخه
بها	:	۴۰۰۰۰ تومان
قطع و رنگ	:	رقعی سیاه و سفید

www.ketab.ir



انتشارات رشد فرهنگ

فروش اینترنتی: roshdefarhang.ir

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۳۰۵-۵۲۴-۰

ISBN: 978-622-205-524-0

کلیه حقوق این اثر برای ناشر و مؤلف محفوظ است

آدرس: تهران، خیابان مرتضوی، بعد از تقاطع جیحون، پلاک ۷۰۶

تلفن: ۰۲۱-۶۶۳۷۷۵۷۰

Email: roshdefarhang@yahoo.com

فهرست مطالب

۹.....	مقدمه
۱۱.....	فصل یکم: شادکامی چیست و چرا مطالعه آن اهمیت دارد؟
۱۱.....	شادکامی
۱۳.....	تعاریف شادکامی
۱۶.....	دیدگاه‌های نظری در مورد شادکامی
۱۶.....	دیدگاه لذتی (هدونیک)
۱۷.....	دیدگاه ایدایمونیک
۱۸.....	نظریه دایمر و همکاران
۱۹.....	نظریه آرجیل و همکاران
۲۰.....	نظریه‌های میان فرهنگی شادکامی
۲۲.....	اثرات شادکامی
۲۳.....	منابع و عوامل مرتبط با شادکامی
۲۳.....	شادکامی و بعد شناختی
۲۹.....	شادکامی و بعد عاطفی
۳۳.....	شادکامی و بعد اجتماعی

۳۶	شادکامی و بعد جسمانی.....
۳۸	مفهوم سلامت.....
۴۳	فصل دوم: سرمایه روان‌شناختی رویکردی برای شادکامی.....
۴۳	مقدمه.....
۴۴	الگوی پزشکی.....
۴۶	الگوی محیطی.....
۴۷	الگوی کلیگر.....
۴۹	ابعاد سرمایه روان‌شناختی.....
۴۹	سرمایه روان‌شناختی جسمانی.....
۵۱	سرمایه روان‌شناختی اجتماعی.....
۵۵	سرمایه روان‌شناختی هیجانی.....
۵۷	سرمایه روان‌شناختی عقلانی.....
۵۸	سرمایه روان‌شناختی معنوی.....
۶۰	سلامت روان‌شناختی.....
۶۸	راهبردهای مقابله‌ای.....
۷۳	مقابله از نظر لازاروس و فولکمن.....
۷۴	نتیجه‌گیری و پیشنهادهایی برای تحقیق و کاربرد آینده.....
۷۹	منابع.....

مقدمه

به گفته کمت^۱، اگر بپذیریم که هر تئوری باید مبتنی بر واقعیت‌های^۲ مشاهده‌شده باشد، پس این موضوع که واقعیت‌ها را بدون رهنمودهای برخی از تئوری‌ها نمی‌توان مشاهده کرد نیز صحیح است. چراکه بدون چنین راهنمایی، واقعیت‌ها بی‌ربط و بی‌ثمر خواهند بود (کوهن^۳، ۲۰۰۹). بر این اساس، مطالعه در زمینه شادکامی و سرمایه روان‌شناختی به‌عنوان واقعیت‌های مشاهده‌شده، و ارزش‌گذاری آن باید مبتنی بر برخی تئوری‌ها و چارچوب‌های مرتبط با آن باشد. بر این اساس، به‌منظور تبیین مفهوم شادکامی و سرمایه روان‌شناختی و همچنین شناسایی عوامل مؤثر در تعیین ارزش آن‌ها، در این کتاب دیدگاه‌ها، تعاریف و دسته‌بندی‌های مرتبط با متغیرها بیان گردیده است. این کتاب نشان می‌دهد مؤلفه‌های سرمایه روان‌شناختی می‌تواند بر روی عملکرد شادکامی تأثیر داشته باشد. با این وصف توسعه اثر مثبت‌گرایی (سرمایه روان‌شناختی) می‌تواند موج گونه و به صورتی گسترده در شادکامی فرد و جامعه اثر گذار باشد. در ادامه با بهره‌گیری از بررسی‌های انجام شده، جایگاه و وزن هر یک از متغیرهای

-
1. Comt
 2. Facts
 3. Cohen

سرمایه‌ی روان‌شناختی برای دستیابی به شادکامی تعیین می‌گردد. امیدوارم این کتاب آگاهی و انگیزه لازم را در جهت باور عمیق سرمایه روان‌شناختی و به کارگیری آن‌ها در آفرینش مجدد خود و جامعه، بصورتی شادکام اعطا نماید.