

مثبت نگری و خودیابی در نوجوانان

نویسندگان:

طاهره مددی زاده

راضیه منوچهری

علی نژادحسین پور

موسی شمس الدینی

www.ketab.ir



انتشارات بوتیا

مثبت‌نگری و خودیابی در نوجوانان / گروه مؤلفین

طاهره مددی‌زاده، راضیه منوچهری، علی نژادحسین‌پور، موسی شمس‌الدینی.

موضوع : مثبت‌نگری، خودسازی، بهداشت روانی، نمونه‌پژوهی

Affirmations- Self-actualization - Mental health - Case studies

مشخصات نشر: کرمان ۴ بوتیا ۱۴۰۰،

مشخصات ظاهری: ۲۱۲ ص. فهرست نویسی : فیپای مختصر

شابک : ۹۷۸-۶۲۲-۷۱۰۲-۵۱-۲ شماره کتابشناسی ملی : ۷۶۳۱۶۸۲

رده بندی دیویی : ۱ / ۱۵۸ رده بندی کنگره : ۶۹۷/۵ BF



انتشارات بوتیا

کرمان: خیابان شهیدرجایی کوچه ۶۷ تلفن : ۰۹۱۳۳۸۷۲۰۹۲ ۰۹۳۶۱۱۲۱۹۴۰

مثبت‌نگری و خودیابی در نوجوانان

نویسندگان : طاهره مددی‌زاده ؛ راضیه منوچهری ؛ علی نژادحسین‌پور ؛ موسی شمس‌الدینی

قیمت: ۳۰۰۰۰۰ ریال

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

نوبت چاپ: اول ۱۴۰۰

چاپ و صحافی: بوتیا

طراح جلد : کانون تبلیغاتی پویا

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۱۰۲-۵۱-۲

حق چاپ برای ناشر و نویسندگان محفوظ است.

فهرست مطالب

۱۱	درآمد
۲۹	فصل اول ؛ حالات‌های روانشناختی مثبت
۳۰	مقدمه‌ای بر نوجوانی
۳۲	شادی در زمان حال
۳۳	تأثیرهای شادمانی
۳۶	روانشناسی مثبت‌نگر و سلامت روانی
۳۹	انواع هیجان
۳۹	هیجانهای مثبت
۴۱	تغییر مثبت

۶۲	خودکارآمدی (خود - توانمندی)
۶۴	منابع خودکارآمدی
۶۶	امیدواری
۶۷	معنی
۶۹	خوشحالی
۷۱	برونگرایی و خوشحالی
۷۳	عزت نفس
۷۴	همبسته‌های عزت نفس
۷۵	قدردانی
۷۶	قدر شناسی
۷۷	بخشیدن و فراموش کردن
۷۷	بخشش و جبران
۸۱	فصل سوم ؛ خودیابی
۸۲	مقدمه
۸۳	دیدگاه‌های مطرح روانشناسی در زمینه خود
۸۳	رویکرد روانکاوی

۸۵	رویکرد روانکاوی جدید
۹۱	رویکرد روانی-اجتماعی
۹۲	رویکرد زیستی-اجتماعی
۹۳	رویکرد صفات
۹۴	رویکرد انسانگرایی
۹۵	رویکرد شناختی
۹۷	رویکرد ارگانیک و سرشتی
۹۷	رویکرد تحلیل متقابل
۹۸	رویکرد کل نگر یا گشتالت
۹۹	فصل چهارم ؛ روانشناسی مثبتگرا
۱۰۱	پیشینه ی روانشناسی مثبت گرا
۱۰۳	روانشناسی مثبت نگر
۱۰۶	مثبت نگری در اسلام
۱۰۸	اهداف روانشناسی مثبت نگر
۱۱۱	فصل پنجم ؛ پیشینه پژوهش در ایران و جهان

۱۲۵ فصل ششم روش پژوهش

۱۴۲ فصل هفتم: تجزیه و تحلیل داده‌های پژوهش

۱۶۱ برآمد

۱۷۵ منابع و مآخذ

۱۹۳ پیوست‌ها

www.ketab.ir

درآمد

در چرخه تحول روانی افراد بین دوره‌ی کودکی و بزرگسالی دوره‌ی بسیار مهم نوجوانی قرار دارد، این مرحله انتقالی از ۱۰ تا ۱۲ سالگی آغاز و در حدود ۱۸ الی ۲۲ سالگی تمام می‌شود. نوجوانی دوره تغییرات عمیقی است که کودک را از بزرگسال جدا می‌کند. این مرحله، رشد زیستی، اجتماعی، هیجانی و شناختی را شامل می‌شود و به معنای واقعی دوره‌ی تغییر و دگرگونی است (نیومن و نیومن^۱، ۲۰۰۹). به نقل از جباری، شهیدی و موتابی (۱۳۹۳) برک^۲ دوره‌ی نوجوانی را به سه دوره‌ی متمایز تقسیم می‌نماید، اوایل نوجوانی: این دوره ۱۱ تا ۱۴ سالگی را شامل می‌شود و در آن فرد از نظر جنسی به رسش می‌رسد و سرعت رشد جسمانی زیاد است. اواسط نوجوانی: این دوره ۱۴ تا ۱۶ سالگی را شامل می‌شود و در آن تغییرات بلوغی کامل می‌شود. اواخر نوجوانی: این دوره ۱۸ تا ۲۱ سالگی را شامل می‌شود و در آن فرد نه تنها از نظر ظواهر بلکه از نظر پذیرش نقش‌های بزرگسالان وضعیتی مشابه آنان پیدا می‌کند (برک، ۲۰۰۲؛ ترجمه سید محمدی، ۱۳۹۰).

^۱. Newman , Newman

^۲. Berk