

مکانی برای شاد بودن

(پیوند معماری و روانشناسی مثبت)

نویسنده

چاک فیرست

www.ketab.ir

مترجمان

فاطمه خلعتبری

رعنا کریم زاده

سرشناسه: فرست، چاک First, Chuck	
عنوان و نام پدیدآور: مکانی برای شاد بودن: پیوند معماری و روانشناسی مثبت / نویسنده چاک فیرست؛ مترجمان فاطمه خلعتبری، رعنا کریمزاده.	
مشخصات نشر: کرج: انتشارات ملرد، ۱۴۰۰.	
مشخصات ظاهری: ۱۰۴ص: مصور (بخشی رنگی).	
شابک: ۸-۴۶۲-۴۹۱-۶۰۰-۹۷۸ : ۷۰۰۰۰۰ ریال	
وضعیت فهرست نویسی: فیبا	
یادداشت: عنوان اصلی : A PLACE TO BE HAPPY: Linking Architecture & Positive Psychology, ۲۰۱۸.	
یادداشت: کتابنامه: ص. ۱۰۴ - ۱۰۶. عنوان دیگر: پیوند معماری و روانشناسی مثبت.	
موضوع: معماری -- طراحی -- جنبه‌های روانشناسی روان‌شناسی مثبت‌گرا	
Architectural design -- Psychological aspects Positive psychology	
شناسه افزوده: خلعتبری، فاطمه، ۱۳۷۸- مترجم	
شناسه افزوده: کریمزاده، رعنا، ۱۳۶۹- مترجم	
رده بندی کنگره: ۲۷۵-NA	
رده بندی دیویی: ۷۲۹/۰۱۹	
شماره کتابشناسی ملی: ۸۷۸۸۰۹۱	



نام کتاب : مکانی برای شاد بودن: پیوند معماری و روانشناسی مثبت

نویسنده : چاک فیرست

مترجمان : فاطمه خلعتبری - رعنا کریمزاده

ناشر : ملرد

طراح جلد: مهر آوران

مدیر انتشارات: مهدی اسدی ملردی ۰۹۱۲۵۶۴۸۸۰۲

صحافی: موسسه فرهنگی هنری روزنه روجیم rozaneh.rojim@gmail.com

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه قیمت: ۷۰۰۰۰ تومان

نوبت: اول سال چاپ: ۱۴۰۱ شابک: ۸-۴۶۲-۴۹۱-۶۰۰-۹۷۸

آدرس انتشارات: کرج، چهار راه مصباح، ۰۲۶-۳۲۵۶۷۵۶۷-۰۹۱۲۵۶۴۸۸۰۲

فهرست مطالب

۹.....	روبه جلو.....
۱۰.....	معرفی.....
۱۲.....	فصل ۱: وضعیت فعلی.....
۱۲.....	کار چیست؟.....
۱۵.....	فصل ۲: مدل محل کار.....
۲۱.....	فصل ۳: روانشناسی مثبت.....
۲۳.....	فصل ۴: طراحی برای سرگرمی.....
۲۳.....	تجربه شرکتی.....
۲۴.....	استرس برای کمتر.....
۲۸.....	با جریان حرکت کنید.....
۲۸.....	اجرای شاد.....
۲۹.....	ابزارهای تجارت سرگرم کننده.....
۲۹.....	رنگ.....
۳۰.....	شوخ طبعی.....
۳۱.....	تم ها.....
۳۲.....	چشم انداز سرگرم کننده.....
۳۴.....	اثاثیه.....
۳۵.....	تکمیل و لوازم جانبی.....

مطالعه موردی: مکانی سرگرم‌کننده برای کار..... ۳۷

فصل ۵: طراحی برای حس هدف..... ۴۲

هدف علم..... ۴۳

دستورالعمل‌های طراحی..... ۴۵

وضوح..... ۴۵

تأکید..... ۴۵

تکرار..... ۴۵

مشتری..... ۴۶

مطالعات موردی برای داخل کشور..... ۴۷

برای نمای بیرونی..... ۴۹

چک‌لیست برای طراحی حس هدف..... ۵۱

فصل ۶: طراحی برای توانمندسازی..... ۵۲

علم توانمندسازی..... ۵۲

مطالعه موردی..... ۵۴

راهنمای طراحی..... ۵۴

فرآیند برنامه‌ریزی راه‌حل‌های مفهومی..... ۵۵

برنامه‌ریزی شهری..... ۵۵

K-۱۲..... ۵۵

POEs..... ۵۶

ESOPs..... ۵۶

۵۷	تیم‌های کاری خودگردان
۵۸	راه‌حل‌های مفهومی: راه‌حل‌های طراحی
۵۸	انتخاب گروهی
۶۰	انتخاب فردی
۶۳	ارتباط
۶۵	خلاصه
۶۵	چک‌لیست طراحی توانمندسازی
۶۷	فصل ۷: طراحی برای طبیعت
۶۷	علم طبیعت
۶۹	مطالعه موردی PLANLAB
۶۹	راهنمای طراحی
۷۸	نمونه‌های نصب‌شده
۸۰	خلاصه
۸۲	چک‌لیست طراحی طبیعت
۸۴	فصل ۸: طراحی برای احترام
۸۴	علم احترام
۸۶	اجرای احترام
۸۶	به رسمیت شناختن
۸۷	توانمندسازی
۸۸	کار معنادار

۸۸	رشد
۸۹	راه حل های مفهومی
۹۲	نمونه های نصب شده
۹۶	چک لیست برای طراحی احترام
۹۷	فصل ۹: آینده روانشناسی مثبت در طراحی
۹۸	اثر متقابل
۹۸	هویت
۹۸	شخصی سازی
۹۹	رشد
۹۹	اکتشاف
۹۹	خلاقیت
۹۹	برداشتن نقاب از مغز
۱۰۰	بیا بید برای تغییر، تغییر کنیم
۱۰۰	مفاهیم برای معماری
۱۰۱	نتیجه
۱۰	منابع

رو به جلو

کتاب‌های غیرداستانی بر مشارکت‌های ارزشمند بسیاری از افراد در پشت‌صحنه تکیه دارند. این کتاب نیز از این قاعده مستثنا نیست. هالی شیف‌رین، دکترای روانشناسی، استاد روانشناسی در دانشگاه مری واشنگتن (فردریکسبورگ، ویرجینیا) و شیائو کسینو هو، دکترای دانشیار روانشناسی سازمانی در دانشگاه اولد دومینیون (نورفولک، ویرجینیا)، دیدگاه من را نسبت به حوزه روانشناسی مثبت بسیار گسترش دادند. گروه باخمن، مالک شرکت برند سازی BachmanID کلمبوس، سال‌ها منبع کلیدی من در محیط‌های اداری خلاقانه، نمونه‌های شخصی را برای بخش حس هدف ارائه کرد. کانی هوم، رئیس باکینگهام گرینری (ریچموند، ویرجینیا) و اندی آلبرایت با شرکت Plants شیکاگو، IL مزایا و گزینه‌های طراحی گیاهان را به اشتراک گذاشتند.

برای ایجاد راه‌حل‌های طراحی که حاوی ارزش‌های مثبتی است که بعداً مورد بحث قرار گرفت، از دانشجویان دانشگاه دعوت شد. دانشکده‌های طراحی در کالج Otterbein، دانشگاه فلوریدا، دانشگاه ایالتی اوهایو و کالج هنر و طراحی کلمبوس دانشجویان خود را از طریق پروژه‌هایی که این جایگزین‌های مفهومی را بررسی می‌کردند، ارائه کردند و راهنمایی کردند. بسیاری از نویسندگان و محققین گذشته و حال که این رشته جدید و امیدوارکننده - روانشناسی مثبت - را به وجود آوردند و آن را ممکن ساختند.