

روان‌شناسی عمومی - زن و خانواده

تألیف

پروین محمدی

لاله رستاک

اعضای هیأت علمی دانشکده علوم پزشکی دانشگاه آزاد اسلامی شهرکرد

شابک	978-964-10-4850-3 :
شماره کتابشناسی ملی	۴۸۴۳۳۸۲ :
عنوان و نام پدیدآور	روان شناسی عمومی - زن و خانواده/ پروین محمدی، لاله رستاک.
مشخصات نشر	شهرکرد: دانشگاه آزاد اسلامی، واحد شهرکرد، ۱۳۹۶.
مشخصات ظاهری	۲۱۸ ص: مصور.
یادداشت	کتابنامه.
موضوع	زنان -- بهداشت روانی
موضوع	Women -- Mental health :
موضوع	زنان -- روان شناسی
موضوع	Women -- Psychology :
موضوع	خانواده‌ها -- جنبه‌های روان شناسی
در صوع	Families -- Psychological aspects :
موضوع	روان شناسی
موضوع	Psychology :
سرشناسه	محمدی، پروین، ۱۳۵۸ -
شناسه افزوده	رستاک، لاله، ۱۳۴۸ -
شناسه افزوده	دانشگاه آزاد اسلامی، واحد شهرکرد
شناسه افزوده	Islamic Azad University. Shahrekord Branch :
وضعیت فهرست نویسی	فیا

روان شناسی عمومی - زن و خانواده

مؤلف: پروین محمدی - لاله رستاک

ناشر: انتشارات دانشگاه آزاد اسلامی واحد شهرکرد

لیتوگرافی، چاپ و صحافی: سازمان چاپ و انتشارات دانشگاه آزاد اسلامی - شهرکرد

طراح جلد: رقیه عزیزی

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۱۰-۴۸۵۰-۳

تیراژ: ۲۰۰۰ نسخه

قیمت: ۱۵۰۰۰۰ ریال

آدرس: چهارمحال و بختیاری، شهرکرد، رحمتیه، صندوق پستی ۱۶۶، تلفکس ۰۲۸۳-۳۳۶۱۰۶۰

صفحه

فهرست مطالب

پیشگفتار..... ۵

بخش اول: روان‌شناسی عمومی

فصل اول: ماهیت روان‌شناسی.....	۳
تاریخچه روان‌شناسی.....	۴
الف) تاریخچه فلسفی روان‌شناسی.....	۴
ب) تاریخچه علمی روان‌شناسی.....	۵
تاریخچه روان‌شناسی در ایران.....	۶
تعریف روان‌شناسی.....	۶
موضوع‌های در نظر گرفته شده در روان‌شناسی.....	۷
رویکردها در روان‌شناسی.....	۸
الف) ساختارگرایی.....	۸
ب) کارکردگرایی (فونکشنال گرایی).....	۹
ج) رفتارگرایی.....	۹
د) روان‌شناسی گشتالت.....	۱۰
هـ) روان‌کاوی.....	۱۱
و) دیدگاه زیست‌شناختی.....	۱۲
ز) دیدگاه شناختی.....	۱۲
فصل دوم: مبانی زیست‌شناختی روان‌شناسی.....	۱۳
کلیات.....	۱۴
آناتومی سیستم عصبی.....	۱۴
الف) سیستم عصبی مرکزی.....	۱۵
ب) سیستم اعصاب محیطی.....	۱۹
۱- اعصاب پیکری (سوماتیک).....	۱۹
۲- اعصاب خودمختار (اتونومیک).....	۱۹
سلول‌های تشکیل دهنده سیستم عصبی.....	۲۰
دستگاه غدد درون‌ریز.....	۲۲
فصل سوم: رشد.....	۲۴
تعریف رشد.....	۲۵
عوامل مؤثر بر رشد.....	۲۵
مراحل رشد.....	۲۵
الف) دوره پیش از تولد.....	۲۶
ب) دوره کودکی.....	۲۷
ج) دوره نوجوانی.....	۳۰
د) بزرگسالی (طولانی‌ترین بخش زندگی).....	۳۱
۱- اوایل بزرگسالی (جوانی).....	۳۱

۳۲	۲- اواسط بزرگسالی (میانسالی).....
۳۳	۳- پیری.....
۳۴	فصل چهارم: یادگیری.....
۳۵	فرآیند یادگیری.....
۳۵	تعریف یادگیری.....
۳۶	دیدگاه‌های مربوط به یادگیری.....
۳۶	دیدگاه زیستی.....
۳۶	دیدگاه رفتارگرایی.....
۳۶	شرایط سازی کلاسیک.....
۳۷	شرایط عملیاتی یا ابزاری.....
۴۰	دیدگاه شناختی.....
۴۲	فصل پنجم: حافظه و فراموشی.....
۴۳	تعریف حافظه.....
۴۳	انواع حافظه.....
۴۴	حافظه حسی: اولین مرحله.....
۴۴	حافظه کوتاه‌مدت: انتخاب و دقت.....
۴۵	حافظه بلندمدت: مخزن خاطرات.....
۴۵	۱- حافظه اظهاری (آشکار).....
۴۶	۲- حافظه روندی.....
۴۶	مراحل حافظه.....
۴۶	رمرگذاری.....
۴۶	اندوزش (ذخیره‌سازی).....
۴۷	بازیابی.....
۴۷	فراموشی.....
۴۸	تقویت حافظه.....
۴۹	۱- قطع و افزایش فراختای حافظه.....
۴۹	۲- تصویرسازی ذهنی.....
۵۰	۳- شرح و بسط دادن.....
۵۰	۴- بافتار و بازیابی.....
۵۰	۵- سازماندهی.....
۵۰	۶- تمرین.....
۵۰	۷- روش PQRS.....
۵۲	فصل ششم: انگیزش و هیجان.....
۵۳	تعریف انگیزش.....
۵۳	نظریه‌های انگیزش.....
۵۳	۱- نظریه غرایز.....

۵۴	۲- نظریه کاهش سائق
۵۴	۳- نظریه مشوق‌ها
۵۴	۴- نظریه فرآیند متضاد
۵۵	۵- نظریه سبک استادی وایتر
۵۶	۶- نظریه انتظار
۵۶	۷- نظریه سلسله مراتب نیازها
۵۶	عقبه‌بندی انگیزه‌ها
۵۷	هیجان
۵۷	تعریف هیجان
۵۷	ارتباط انگیزش و هیجان
۵۹	ابعاد هیجان
۶۱	نظریه‌های هیجان
۶۲	۱- نظریه جیمز-لانگ
۶۲	۲- نظریه کنون - بارد
۶۲	۳- نظریه شاختر - سینگر: نظریه عامر یا چسب زدن شناختی
۶۳	۴- نظریه بسخورداند چهره
۶۴	۵- نظریه لازاروس: نظریه شناختی - انگیزش - رابطی
۶۶	انواع هیجان
۶۷	هیجان‌های اساسی
۶۸	هیجان و دروغ‌بایی
۷۰	فصل هفتم: هوش
۷۱	مفهوم هوش
۷۱	۱- نظریه دو عاملی اسپیرمن
۷۱	۲- نظریه توانایی‌های ذهنی اولیه ترستون
۷۲	۳- نظریه الگوی ساخت ذهنی گلیفورد
۷۲	۴- نظریه هوش سیال و هوش منسلورکتل
۷۳	۵- نظریه هوش چندگانه گاردنر
۷۴	۶- نظریه هوش سه سطحی اشتربریگ
۷۵	بهره هوشی (IQ)
۷۶	هوش هیجانی (EQ)
۷۷	عوامل مؤثر در هوش
۷۷	آزمون‌های هوشی
۷۸	۱- آزمون هوشی استنفورد-بینه
۷۸	۲- آزمون هوشی وکسلر
۸۰	۳- ماتریس‌های ریون
۸۰	۴- آزمون کتل

۸۰	۵-آزمون ترسیم آدمک
۸۱	فصل هشتم: شخصیت
۸۲	تعریف شخصیت
۸۳	عوامل مؤثر در شکل گیری شخصیت
۸۳	نظریه های شخصیت
۸۳	نظریه های مربوط به سطح شخصیتی
۸۵	نظریه های صفات شخصیت
۸۶	نظریه های روانکاوی
۸۶	نظریه زیگموند فروید
۸۶	انتخاب شخصیت از دیدگاه فروید
۸۸	۴- مدل رشد روانی-جنسی
۹۰	نظریه های رفتارگرایی
۹۰	نظریه های انسان گرایی
۹۱	روش های ارزیابی شخصیت
۹۱	آزمون های عینی
۹۲	آزمون های فرافکن
۹۳	فصل نهم: فشار روانی و راه های مقابله با آن
۹۴	تعریف فشار روانی و فشارزاهای
۹۵	منابع فشار روانی
۹۵	وقایع زندگی
۹۶	گرفتاری ها و وقایع روزمره زندگی
۹۸	فشارزاهای روان شناختی
۹۸	۱- ناکامی
۹۸	۲- احساس تحت فشار بودن
۹۹	۳- تعارض
۱۰۰	پیامدها و اثرات فشار روانی
۱۰۰	پاسخ های فیزیولوژیکی
۱۰۱	پاسخ های روان شناختی به استرس
۱۰۲	۱- رفتارهای تکلیف گرا
۱۰۳	۲- مکانیسم های دفاعی
۱۰۶	کنار آمدن با استرس
۱۰۶	۱- کاهش موقعیت های استرس زا
۱۰۷	۲- کاهش پاسخ های فیزیولوژیکی به استرس
۱۰۸	۳- افزایش پاسخ های روان شناختی و رفتاری به استرس
۱۱۰	فصل دهم: وابستگی و اعتیاد
۱۱۱	اعتیاد

۱۱۱.....	تاریخچه مصرف مواد مخدر
۱۱۱.....	واکنش‌های اجتماعی در برابر اعتیاد
۱۱۲.....	عوامل مؤثر بر ایجاد اعتیاد
۱۱۲.....	عوامل فردی
۱۱۲.....	عوامل خانوادگی
۱۱۳.....	عوامل اجتماعی
۱۱۳.....	عوارض اعتیاد
۱۱۳.....	انواع مواد مخدر
۱۱۳.....	داروهای محرک
۱۱۴.....	نیکوتین
۱۱۴.....	کوکائین
۱۱۵.....	کافئین
۱۱۵.....	آمفتامین‌ها
۱۱۵.....	مهارکننده‌ها
۱۱۶.....	الکل‌ها
۱۱۶.....	هروئین
۱۱۷.....	ماری‌جوانا (گیاه شاهدانه)
۱۱۷.....	توهم زاه‌ها
۱۱۷.....	MDMA (اکستازی)
۱۱۷.....	استنشاقی‌ها
۱۱۸.....	اعتیاد و خانواده
۱۱۸.....	پیش‌گیری از اعتیاد
۱۱۸.....	روش‌های درمانی
۱۲۰.....	فصل یازدهم: روان‌شناسی ناهنجاری
۱۲۱.....	تعریف رفتار ناهنجار
۱۲۱.....	تعریف بهنجاری
۱۲۲.....	طبقه‌بندی اختلالات روانی
۱۲۲.....	سبب‌شناسی اختلالات روانی
۱۲۳.....	انواع اختلال‌های روانی
۱۲۳.....	اختلالات خلقی
۱۲۳.....	اختلال افسردگی اساسی
۱۲۳.....	اختلال دوقطبی
۱۲۳.....	اسکیزوفرنی
۱۲۴.....	اختلالات شخصیت
۱۲۴.....	انواع اختلالات شخصیت
۱۲۶.....	اختلالات اضطرابی

۱۲۶.....	انواع اختلالات اضطرابی
۱۲۶.....	اختلالات فوبی
۱۲۷.....	اختلال هراس
۱۲۷.....	اختلال اضطراب فراگیر
۱۲۷.....	اختلال وسواسی - جبری
۱۲۷.....	اختلال استرس پس از سانحه
۱۲۹.....	فصل دوازدهم: روان‌شناسی اجتماعی
۱۳۰.....	تعریف روان‌شناسی اجتماعی
۱۳۰.....	شناخت اجتماعی
۱۳۰.....	مباحث شناخت اجتماعی: طر حواره، تصور قالبی و انتخاب
۱۳۱.....	گونگی حصول شناخت اجتماعی
۱۳۱.....	برخی از راهبردها و اختراعه‌ها
۱۳۲.....	۱- قاعده اکتشافی: رفتار قضاوت بر مبنای شباهت
۱۳۲.....	۲- قاعده انتخابی: می‌دانم چه چیزی اول به خاطر می‌آید
۱۳۳.....	نگرش
۱۳۳.....	چگونگی شکل‌گیری نگرش‌ها
۱۳۴.....	رابطه میان نگرش و رفتار
۱۳۴.....	رفتار گروهی
۱۳۶.....	عوامل پرخاشگری

بخش دوم: روان‌شناسی زن و خانواده

۱۴۰.....	فصل سیزدهم: تفاوت‌های روانی و رفتاری دختران و پسران
۱۴۱.....	تفاوت‌های جنسی
۱۴۲.....	عوامل مؤثر بر تفاوت‌های جنسی و رشد نقش جنسی
۱۴۷.....	نقش دو جنسی روان‌شناختی
۱۴۸.....	فصل چهاردهم: روابط زوجین
۱۴۹.....	جاذبه‌ی میان فردی
۱۴۹.....	جاذبه‌ی جسمانی
۱۴۹.....	فرضیه‌ی انطباق
۱۵۰.....	مجاورت
۱۵۰.....	دوستی
۱۵۰.....	اصل انصاف
۱۵۱.....	عشق
۱۵۲.....	مثلث عشق
۱۵۳.....	ازدواج
۱۵۷.....	آغاز زندگی مشترک

۱۵۷	عوامل مؤثر بر موفقیت یا شکست رابطه زناشویی
۱۶۰	فصل شانزدهم: خانواده
۱۶۱	خانواده
۱۶۲	انواع خانواده
۱۶۳	مراحل تکامل خانواده
۱۶۵	عملکرد خانواده
۱۶۶	ساختار فعالیت‌های خانواده
۱۶۸	مرزهای خانواده
۱۶۸	مشخصات یک خانواده‌ی سالم
۱۶۹	فصل شانزدهم: فرزندپروری
۱۷۰	دلبستگی
۱۷۰	انواع دلبستگی
۱۷۱	نحوی شکل‌گیری دلبستگی
۱۷۲	عوامل مؤثر بر دلبستگی
۱۷۳	اثرات دلبستگی
۱۷۳	الگوهای رفتاری والدین با فرزندان
۱۷۴	فرزندپروری
۱۷۴	سبک‌های فرزندپروری
۱۷۶	فرزندپروری و انضباط
۱۷۶	فرزندپروری و اشتغال مادر
۱۷۶	فرزندپروری در دوره‌ی نوجوانی
۱۷۷	فرزندپروری و مشارکت پدر و مادر
۱۷۸	فصل هفدهم: سوء رفتار در خانواده
۱۷۹	سوء رفتار در خانواده
۱۷۹	علل سوء رفتار در خانواده
۱۷۹	سوء رفتار با کودک
۱۷۹	انواع سوء رفتار با کودک
۱۸۱	سبب‌شناسی سوء رفتار با کودک
۱۸۱	پیامدهای سوء رفتار با کودک
۱۸۲	سوء رفتار با همسر
۱۸۲	انواع سوء رفتار با همسر
۱۸۲	آمییب‌شناسی سوء رفتار با همسر
۱۸۳	سوء رفتار با سالمندان
۱۸۴	انواع سوء رفتار با سالمند
۱۸۴	سبب‌شناسی سوء رفتار با سالمندان
۱۸۵	فصل هجدهم: خلاق - ازدواج مجدد

۱۸۶.....	انواع طلاق.....
۱۸۶.....	علل طلاق.....
۱۸۷.....	عوارض طلاق.....
۱۸۸.....	راهکارهای بهبود زندگی زناشویی.....
۱۹۰.....	ازدواج مجدد.....
۱۹۱.....	خانواده‌های تک‌سرپرست.....
۱۹۳.....	منابع.....
۱۹۳.....	منابع فارسی.....
۱۹۴.....	منابع انگلیسی.....
۱۹۶.....	راهنما.....

پیشگفتار

حمد و سپاس ایزد یکتا را که با ارزانی داشتن نعمت شعور به بشر، علم و ایمان را مکمل و متمم یکدیگر قرار داد، تا او را از ظلمت نادانی به نور علم و رستگاری هدایت نماید. خداوند تو را سپاس می‌گویم که لحظه لحظه زندگی یاورمان بودی و توفیق تالیف این کتاب را برایمان فراهم نمودی.

زندگی ما در عصری واقع شده است که مسئله بهداشت و سلامت جامعه، به خاطر رشد سریع جمعیت، توسعه تکنولوژی و محدودیت‌های فراوان منابع طبیعی، بیش از پیش، مورد توجه صاحب نظران و کارشناسان اهل فن قرار گرفته و در این بین علم روانشناسی به صورت ایده‌آل با کمک کردن به افراد برای برآورده کردن دشواری‌های معاصر تناسب دارد؛ از جمله گرایش‌های روانشناسی، روانشناسی زنان می‌باشد که به عنوان یک رشته مشخص، در سال‌های اخیر شکل گرفته است و به خاطر کشف برخی پدیده‌ها، اعتباری برای خود به دست آورده است، از طرفی اساس سلامت جامعه، توجه به سلامت خانواده به عنوان مهم‌ترین نهاد اجتماعی است.

مجموعه حاضر با توجه به سه اصل بنیادین روانشناسی عمومی - زن و خانواده مصوب شورای عالی برنامه‌ریزی علوم پزشکی در دو بخش تدوین شده است. بخش اول شامل روانشناسی عمومی جهت آشنایی و شناخت مفاهیم اصول روانشناسی و روانشناسی است. بخش دوم شامل روانشناسی زن و خانواده جهت آشنایی با مفهوم خانواده و بهداشت روانی زنان می‌باشد.

اگرچه این کتاب بر اساس سرفصل درس روانشناسی عمومی - زن و خانواده رشته مامایی تألیف شده است، اما برای سایر دانشجویان گروه پزشکی و پیراپزشکی مانند پرستاری، اتاق عمل و بهداشت نیز قابل استفاده می‌باشد. امید است دانشجویان رشته‌های پزشکی و پیراپزشکی به ویژه دانشجویان سالیان اول از این کتاب نهایت بهره علمی را ببرند.

پروین محمدی - زنده رستاخ