

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

تأثیر افسردگی بر افت تحصیلی

شهناز مرادی قره قشلاقی

سرشناسه	مرادی قره‌قشلاقی، شهنواز، ۱۳۴۷ -
عنوان و نام پدیدآور	تأثیر افسردگی بر افت تحصیلی / مولف شهنواز مرادی قره‌قشلاقی.
مشخصات نشر	تهران: راز نهان، ۱۳۹۱.
مشخصات ظاهری	۱۲۴ص: ۵/۱۴×۲۱/۵ س.م.
شابک	۹۷۸-۶۰۰-۲۵۸-۱۹۶-۹
وضعیت فهرست‌رسانی	فیا
موضوع	دانشگاه‌ها و مدارس عالی - ایران - افت تحصیلی - نمونه پژوهی
موضوع	زندگی خوابگاهی -- ایران -- نمونه پژوهی
رده‌بندی کنگره	۱۳۹۱ ۴م۹لف۱۴۸/۴۲.C
رده‌بندی دیویی	۳۷۸/۱۹۱۳
شماره کتابشناسی ملی	۲۹۹۹۱۳۹



عنوان کتاب	تأثیر افسردگی بر افت تحصیلی
مؤلف کتاب	شهنواز مرادی قره‌قشلاقی
آماده سازی	رامین شهزادی
ناشر کتاب	راز نهان
شمارگان	۱۰۰۰ جلد
نوبت چاپ	اول ۱۳۹۱
قیمت کتاب	۲۲۰۰ تومان
شابک (ISBN)	۹۷۸-۶۰۰-۲۵۸-۱۹۶-۹

فهرست منابع

۷	مقدمه
۹	فصل اول
۹	کلیات
۱۰	افسردگی و خلق پایین
۱۱	عوامل ایجاد کننده افسردگی
۱۲	خلق و فرآیندهای شناختی
۱۳	آموزش و پرورش و آموزش عالی
۱۴	آثار مخرب افت تحصیلی ناشی از افسردگی
۱۵	خلق افورده و یادآوری
۱۷	تعلیم و تربیت
۱۹	تعریف مختصر و تخصصی برخی از واژگان
۱۹	افسردگی
۱۹	افت تحصیلی
۲۱	فصل دوم
۲۱	افسردگی چیست؟
۲۱	تاریخچه افسردگی
۲۳	افسردگی و تعاریف آن
۲۶	ماهیت افسردگی
۲۶	افسردگی، یک حالت
۲۸	افسردگی، یک تجربه
۲۹	افسردگی، یک نگرش به زندگی
۳۰	افسردگی، یک بیماری
۳۲	شناخت افسردگی
۳۴	۱. کاهش نیرو
۳۵	۲. اختلال در نظم خواب شبانه
۳۶	۳. نوسانات روحیه
۳۶	۴. تغییر عادت

۳۷		سبب‌ساز افسردگی
۳۸		دلایل ارگانیک
۴۰		علل روانی
۴۱		علل اجتماعی
۴۲		واکنشهای افسردگی
۴۴		افسردگی اولیه
۴۶		افسردگیهای ثانویه
۴۸		عقل و شرایط بروز افسردگی
۵۰		۱. تأثیر وراثت
۵۰		۲. تأثیر صفات روحی و اخلاقی
۵۱		۳. تأثیر عوامل روانی
۵۱		۴. تأثیر عوامل جسمی و فیزیولوژیک
۵۱		۵. علل مختلف دیگر
۵۱		سن شایعتر ابتلا به افسردگی
۵۲		طول دوران افسردگی
۵۲		علائم بدنی افسردگی
۵۳		تغییرات عاطفی در افسردگیها
۵۳		علائم روانی افسردگی
۵۷		فصل سوم
۵۷		افسردگی و بحرانهای زندگی
۵۸		کودکی
۵۹		نوجوانی
۶۰		یانسگی، بازنشستگی و پیری
۶۱		فصل چهارم
۶۱		تنوریهای افسردگی
۶۲		تنوریهای روانی افسردگی
۶۳		نظریه مارتین سلیگمن (۱۹۷۵)

۶۴	تئوری شناختی.....
۶۶	نظریه‌های یادگیری.....
۶۹	نظریه انسان‌گرایی و اصالت وجودی.....
۶۹	آسیب‌پذیری و فشار روانی.....
۷۱	فصل پنجم.....
۷۱	افسردگی در کودکان و نوجوانان.....
۷۲	افسردگی در جوانان.....
۷۴	علامه افسردگی بزرگ در جوانان.....
۷۷	فصل ششم.....
۷۷	مدرسه و سلامت روان دانش آموز.....
۷۸	مدرسه و دانش آموز.....
۷۹	رشد کودک، موفقیت تحصیلی.....
۸۱	مشق شب.....
۸۲	بهداشت روانی دانش آموزان.....
۸۳	تعریف بهداشت روانی.....
۸۳	اهداف بهداشت روانی در خانواده.....
۸۴	ویژگی‌های فرد دارای بهداشت روانی.....
۸۵	عوامل مؤثر در بهداشت روانی.....
۸۹	فصل هفتم.....
۸۹	تفاوت افسردگی در زنان و مردان.....
۸۹	آیا زنان بیشتر از مردان افسردگی را تجربه می‌کنند؟.....
۹۱	علت افسردگی یک زن چیست؟.....
۹۳	افسردگی زنان و نقش آنان.....
۹۵	فصل هشتم.....
۹۵	واکنش بدن در برابر افسردگی.....
۹۵	افسردگی پنهان.....

۹۸	 مکانیسم های دفاعی
۹۸	 جابجاسازی
۹۹	 دیگر گونه سازی
۱۰۱	 انکار
۱۰۳	 افسردگی و اقدام به خودکشی
۱۰۹	 فصل نهم
۱۰۹	 درمان افسردگی
۱۰۹	 ۱. روان درمانی
۱۱۱	 ۲. دارو درمانی
۱۱۳	 ۳. درمان با تشنج الکتریکی (ای. سی. تی) یا شوک درمانی
۱۱۵	 ۴. روشهای درمانی جدید
۱۱۷	 فصل دهم
۱۱۷	 نتیجه گیری
۱۱۹	 نکات قابل ذکر
۱۲۲	 فهرست منابع

افسردگی در دوران نوجوانی و جوانی یکی از بیماری‌های شایع است. به طوری که طبق تحقیقات به عمل آمده هر سال قریب به ۱۰۰ میلیون نفر از مردم جهان اغلب در سنین نوجوانی و جوانی به مشکلات روانی خصوصاً افسردگی مبتلا می‌شوند.

افسردگی در این سنین اهمیت دوجندانی دارد زیرا بر یادگیری و رشد آموزشی نوجوانان و جوانان در دوران طلایی آموزشی تاثیر نامطلوبی می‌گذارد.

در کتاب پیش رویه بررسی افسردگی و رابطه آن با افت تحصیلی دانشجویان پرداخته شده است. موضوعی بسیار مهم که تاثیر آن علاوه بر دوران تحصیل، پس از اتمام تحصیل و ورود این سرمایه های انسانی کشور به بازار کار خود را آشکارا نمایان می سازد و بالطبع اثرات زیانباری بر تولید ملی و اقتصاد کشور خواهد گذاشت.

یافته های کتاب حاضر از چشم اندازی بنیادی روشن می سازد که نوسان های خفیف خلق روی عملکرد حافظه دانشجویان چه تاثیری باقی می گذارد. از نظر کاربردی، می توان با ارائه راهبردهای ویژه توانایی های توجهی دانشجویان را با حداکثر ظرفیت به کار انداخت و در واقع، هنگامی که دیگر زمان پیشگیری سپری شده و عوامل افسرده ساز قابل کنترل نیستند، بتوان با شیوه های مناسب، آثار زیانبار آن را تا حدی

تخفیف بخشید. از سوی دیگر، با توجه به اهمیت و نقش حافظه در یادگیری، یافته‌های حاصل می‌توانند توجه مسئولان امور آموزشی را از بعد دیگری به افت تحصیلی معطوف نمایند.

بنابراین، حال دارد به این موضوع پرارزش بهایی دوباره داده شود تا همراه با انجام پژوهش‌های بیشتر در این زمینه، راهکارهایی نیز جهت جلوگیری از افسردگی این قشر موثر جامعه و پیامدهای آن سنجیده شود.