



مروزی بر بعضی مفاهیم هیجانی

مولفان

مهدی محمد امینی

کریم عالی ساری نصیرلو

الهام نوذری

سرشناسه: محمد امینی، مهدی، ۱۳۱۳

عنوان و نام پدیدآور: مروری بر بعضی مفاهیم هیجانی / مولفان مهدی محمد امینی، کریم عالی ساری نصیرلو و الهام نوذری

مشخصات نشر: اردبیل: محقق اردبیلی ۱۳۹۱

مشخصات ظاهری: ۲۵۰

وضعیت فهرست نویسی: فیبا

شابک: ۳-۲۷-۶۵۵۴-۶۰۰-۹۷۸

موضوع: عواطف (روانشناسی)

موضوع: هوش هیجانی

شناسه افزوده: کریم عالی ساری نصیرلو و الهام نوذری

رده بندی گنک: ۳۹۱ ۸ الف ۵/۵/۶۹ BF رده بندی دیویی: ۱۵۲/۴

شماره کتابشناسی ملی ۲۷۶۵۹۳۶

نام کتاب: مروری بر بعضی مفاهیم هیجانی

مولفان: مهدی محمد امینی، کریم عالی ساری نصیرلو و الهام نوذری

ناشر: محقق اردبیلی

لیتوگرافی: آریتان اسکنر

چاپ و صحافی: شیران نگار

تیراژ: ۱۰۰۰

نوبت چاپ: اول، ۱۳۹۱

صفحه آرایشی: زهرا محمدی صائم

بهاء: ۶۰۰۰۰ ریال

شابک: ۳-۲۷-۶۵۵۴-۶۰۰-۹۷۸

آدرس: اردبیل سه راه دانش پاساژ معطری طبقه فوقانی پلاک ۸ تلفن ۲۲۴۰۰۸۱

فهرست مطالب

فصل اول: کلیات (تاریخچه و تعاریف)

۱۱	 مقدمه
۱۲	 روانشناسی هیجان
۱۲	 تعریف هیجان
۱۴	 چشم انداز تاریخی
۱۴	 نظریه هیجانی ویلیام جیمز
۱۶	 نظریه شاکر در مورد هیجان
۱۷	 نظریه ارزیابی در مورد هیجان
۱۸	 نظریه‌ی ارزیابی دوم (نانوی) لازاروس
۱۸	 رویکردهای کنونی
۱۹	 کارکردهای هیجانی
۲۰	 کارکرد اجتماعی هیجان
۲۳	 هیجان و سازگاری
۲۴	 هیجان و آسیب شناسی روانی
۲۵	 تنظیم هیجان
۲۶	 هوش هیجانی و سواد هیجانی
۲۶	 تعریف هوش هیجانی
۲۸	 تعریف سواد هیجانی
۲۹	 تاریخچه هوش هیجانی
۳۳	 چالش‌های موجود در هوش هیجانی
۳۸	 جمع‌بندی تعاریف هوش هیجانی

فصل دوم: اعتبار هیجان‌ها

۴۶	رفتار عاطفی بین فردی
۵۵	نتیجه‌گیری

فصل سوم: رابطه استرس با سلامت جسمانی و سلامت روانی

۵۹	مقدمه
۶۰	سیستم‌های هیجانی
۶۱	تعریف هوش
۶۳	هوش هیجانی
۶۴	توصیف هوش هیجانی
۶۵	مدل بر مبنای توانائی‌ها
۶۶	مدل‌های مخلوط
۶۷	سازه‌های مرتبط
۶۷	هوش اجتماعی و هوش عملی
۶۸	آلکسی تایما
۶۹	ذهنیت روانشناسی
۷۱	ارزیابی هوش هیجانی

فصل چهارم: بخشش و دلسوزی

۷۶	بخشش و دلسوزی
۷۸	بخشش به عنوان پدیده درون روانی معمول در زمینه میان فردی
۷۹	دلسوزی و زمینه اجتماعی بخشش
۸۰	مطالعات تجربی در مورد بخشش و دلسوزی (هیجان‌ات اجتماعی مثبت)
۸۱	عذرخواهی، تلافی و علائم هیجانی
۸۳	عواملی که از بخشش ممانعت می‌کنند

۸۵	مدل رشد دلسوزی و بخشش
----	-----------------------

فصل پنجم: خشم

۹۱	خشم
۹۵	نظریه کمپل
۹۶	راهبردهای تنظیم هیجان خشم
۹۷	نظریه نواکو
۹۸	نظریه نایت در تبیین تفاوت جنسی در خشم

فصل ششم: پردازش هیجان

۱۰۱	پردازش هیجان
۱۰۳	دیدگاه‌های مربوط به پردازش هیجان
۱۰۸	دیدگاه راجمن در باره پردازش هیجانی
۱۱۴	دیدگاه فوآ و کوزک در باره پردازش هیجانی
۱۱۵	پردازش هیجانی و تحقیقات جدید

فصل هفتم: بهزیستی روانشناختی

۱۲۳	بهزیستی روانشناختی
۱۲۷	نظریه‌های بهزیستی
۱۲۷	الف - مدل تعادل پویا
۱۲۸	ب - نظریه‌ی ناهمخوانی
۱۳۰	ج - نظریه‌ی هدف غایی
۱۳۱	بهزیستی و سلامت روان
۱۳۲	مدل کلونینجر در مورد سلامت و بهزیستی
۱۳۴	مازلو، بهزیستی و سلامت روان
۱۳۷	مؤلفه‌های بهزیستی

۱۳۷	الف- رضایت از زندگی
۱۳۹	نظریه‌های روانشناسی رضایت
۱۴۱	ب- عاطفه‌ی مثبت - منفی
۱۴۶	چهار عاطفه یا هیجان منفی برجسته
۱۵۱	دو عاطفه یا هیجان مثبت برجسته
۱۵۳	ج- شادکامی
۱۵۴	نظریه‌های روانشناسی و شادکامی

فصل هشتم: رشد هوش هیجانی

۱۶۱	هوش هیجانی و بهره هیجانی
۱۶۳	رشد هوش هیجانی
۱۶۷	رشد کفایت‌های هیجانی
۱۶۷	شیرخوارگی
۱۶۸	دومین سال زندگی
۱۶۸	کودک پیش دبستانی
۱۶۹	کودکستان
۱۶۹	اواسط کودکی
۱۶۹	پیش نوجوانی
۱۷۰	نوجوانی
۱۷۴	نمودار چهار سبک دلبستگی در کودکان و بزرگسالان
۱۷۵	افزایش هوش هیجانی در بزرگسالی
۱۷۵	آموزش مهارت تحمل ناراحتی
۱۷۶	آموزش کنترل افسردگی
۱۷۸	آموزش مدیریت اضطراب

۱۸۰	آموزش مدیریت خشم
۱۸۳	آموزش مهارت‌های میان فردی
۱۸۴	آموزش مهارت‌های حل مسئله
۱۸۶	آموزش ابراز وجود
۱۸۷	آموزش مهارت‌های تنظیم هیجان
۱۹۰	آموزش همدلی
۱۹۲	آموزش کنترل تکانه‌ها
۱۹۴	تربیت کودکان با هوش هیجانی بالا
۱۹۶	نمونه‌هایی از برنامه‌های افزایش کفایت‌های هیجانی و اجتماعی در مدارس
۲۰۰	رشد اخلاقی و هوش هیجانی
۲۰۳	همدلی زیربنای اخلاقیات است
۲۰۸	زندگی بدون همدلی