

روان‌شناسی مهدی اجتماعی

چگونه مهدی را به کودکان آموزش دهیم؟

پایه‌های روان‌شناسی و زیستی مهدی

تالیف: سارا پاشنگ

زیر نظر دکتر حسن اعدی



۱۳۹۴

سرشناسه:	پاشنگ، سارا ۱۳۴۹
عنوان و پدیدآور:	اروانشناسی همدلی اجتماعی : چگونه همدلی را به کودکان آموزش دهیم ؟
مشخصات نشر:	تهران، راش، ۱۳۹۴
مشخصات ظاهری:	۱۲۸ ص، ۷۰۰۰۰ ریال
شابک:	۹۷۸-۶۰۰-۶۰۷۸-۵۸-۸
وضعیت فهرست‌نویسی:	فیا
عنوان دیگر:	چگونه همدلی را به کودکان آموزش دهیم ؟ پایه‌های روانشناسی و زیستی همدلی
موضوع:	مهارت‌های اجتماعی
شناسه افزوده:	احدی - حسن - ۱۳۲۲ - ویراستار
رده‌بندی ؟	۱۳۹۴ پ ۲ / ۵۸ BF۵۷۵
رده بندی دی‌رج:	۱۵۲/۴۱
شماره کتابشناسی ملی:	۴۰۱۴۱۱



نشر راش

نام کتاب: روانشناسی همدلی اجتماعی

مولف: سارا پاشنگ

ناشر: انتشارات راش

شمارگان: ۳۰۰ نسخه

نوبت چاپ اول ۱۳۹۴

حروف چینی و صفحه‌آرایی: حمیده مشایخ

چاپ / صحافی: برهان / بعث نوین

قیمت: ۷۰۰۰۰ ریال

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۶۰۷۸-۵۸-۸

حق چاپ برای ناشر محفوظ می‌باشد. متخلفین تحت پیگرد قانونی قرار می‌گیرند.

آدرس ناشر: خیابان دامپزشکی بعد از بلوار استادمعین خیابان سلیمی کوچه ظهیری پلاک ۲۲ واحد ۱.

مرکز پخش: تهران، خیابان کارگر جنوبی، بین روان‌مهر و لبافی‌نژاد، کوچه سرود، پلاک ۱۲۸، واحد ۲.

تلفن: ۶۶۴۸۲۶۸۳ - ۶۶۹۵۲۳۴۵، تلفکس: ۶۶۹۶۷۰۰۰

از وقتی که تحصیل در رشته روانشناسی را آغاز نمودم، تاکنون، از محضر اساتید فرهیخته‌ای سود برده‌ام و از همه آنها بسیار آموخته‌ام. اساتید بزرگواری همچون دکتر حسن احدی، دکتر فرهاد جمهری، دکتر حمزه گنجی، دکتر حسین آزاد، دکتر یوسف کریمی، دکتر باقر ثنایی، دکتر رضا بخش، دکتر علی اکبر سیف، مرحوم دکتر ماهر و مرحوم دکتر ... و بسیاری از اساتید فرهیخته دیگر که افتخار شاگردی ایشان را داشته‌ام. اما با سپاس و احترام به تمامی اساتید بزرگووارم و کسب اجازه از محضر آنها این کتاب را به استاد ارجمند و مهربانم جناب آقای دکتر حسن احدی که در تمامی مراحل تحصیلی و حرفه‌ایم هم چون پدری دلسوز مرا هدایت نمودند تقدیم می‌کنم.

امروزه، از واژه‌های^۱ برای تعریف متغیرهای روانشناختی متعددی استفاده می‌شود. این کلمه، بیشتر در شاخه‌های مختلف علوم انسانی از جمله فلسفه و ادبیات مورد استفاده قرار گرفته است. همچنین در دهه‌های اخیر، حوزه‌های مختلف روانشناسی، تحقیقات سازمان یافته‌ای را در باره آن انجام داده‌اند. در روانشناسی اجتماعی، همدلی، روابط بین فردی را توسعه می‌دهد؛ در روانشناسی رشد، حس عاطفی و معنوی فرد را ارتقا می‌بخشد؛ در روانشناسی تکاملی، سیر تحول این حالت، در گونه‌ای نزدیک به انسان، مورد بررسی قرار می‌گیرد؛ در روانشناسی فیزیولوژیک، تغییرات حاصل از تجربه این احساس در سیستم عصبی انسان مورد مطالعه قرار می‌گیرد؛ روانشناسی شناختی، به نتایج دو سویه همدلی در حوزه شناختی انسان توجه می‌کند. از سوی دیگر، در ارتباط با حوزه‌های دیگر و مراجع، برقراری ارتباط همدلانه بخشی از فرایند درمان محسوب می‌شود. افراد معرّب به این بسیاری از پدیده‌های پیرامون خود، از واژه همدلی استفاده می‌کنند؛ اما همدلی نیز مانند بسیاری از متغیرهای دیگر تعریف مشخصی دارد و مولفه‌های خاصی را در بر می‌گیرد. به عنوان مثال: روانشناسان برای کلمه "نگرش" تعریف مشخصی دارند و مولفه‌های شناختی، رفتاری و عاطفی خاصی را به آن نسبت می‌دهند. هر چند تمامی این مولفه‌ها با یکدیگر مرتبط هستند، هر یک مفهوم روانشناختی جداگانه‌ای را ارائه می‌دهند. بنابراین، ممکن است تشابهاتی بین بعضی از عناصر تشکیل‌دهنده متغیر خاصی، با تعدادی از مولفه‌های همدلی وجود داشته باشد، اما بی‌شک، به لحاظ مفهومی در بسیاری از سطوح، متفاوت خواهند بود.

کتاب حاضر با توجه به یکی از مهمترین نیازهای فرهنگی و اجتماعی کشور و با عنایت به نام گذاری سال همدلی از طرف مقام معظم رهبری تنظیم شده است. به نظر می‌رسد تغییرات تحولات اخیر در خاورمیانه از یک طرف، و مهاجرت‌های بعضی از هموطنانمان در داخل و خارج از کشور از طرف دیگر، تغییراتی را در انسجام ملی و درک همدلانه بین ایرانیان ایجاد نموده است. لذا باید برنامه‌ریزی‌های پیش‌گیرانه‌ای در جهت بازسازی و افزایش نوع دوستی و وطن‌خواهی در کشور صورت گیرد. و ایرانیان که همیشه به میهمان دوستی و مهربانی در جهان شهره بودند، بیشتر از قبل این رفتار انسان‌دوستانه و نقطه مثبت فرهنگی را در خود حفظ نمایند. در این کتاب نخست، با تعاریف و ویژگی‌های همدلی در ابعاد مختلف و اثرات متقابل روابط بین فردی و همدلی آشنا می‌شویم؛ سپس راهبردهای افزایش همدلی در جامعه و چگونگی آزرش همدلی در مدارس مورد بررسی قرار می‌گیرد. امید است این مطالب مورد توجه و استفاده شما در میان عزیز قرار گیرد و گامی هر چند ناچیز در جهت ارتقا فرهنگی و اجتماعی کشورمان باشد. لازم به ذکر است، برای جمع آوری این اطلاعات از کتابها و منابع خارجی استفاده شده است که بزرگی آنها در فهرست منابع و مآخذ ذکر شده‌اند. یکی از این منابع کتاب روانشناسی اجتماعی بیرون، بیرن و برنسکامپ (۲۰۰۶) می‌باشد که صفحات معدودی (۵-۶) از کتاب را به خود اختصاص داده‌است. از آنجا که این کتاب قبلاً توسط استاد ارجمند جناب آقای دکتر یوسف تریمی که از اساتید سرشناس و فرهیخته رشته روانشناسی اجتماعی در ایران هستند، ترجمه شده است، لذا در آن صفحات مستقیماً از ترجمه ایشان بهرمند شده‌ایم. بنابراین از ایشان و نویسندگان و محققانی که اجازه استفاده از منابع علمی خود را به اینجانب عطا نمودند، بدایت سپاس و قدر دانی را دارم. همچنین از استاد ارجمند جناب آقای دکتر حسن احدی که محنت و پراستاری و نظارت بر مطالب آن را داشته‌اند بسیار تشکر می‌کنم.

۴	مقدمه
۱۱	مراحل همدلی
۱۷	تعریف همدلی
۲۲	همدلی چگونه بوجود می آید
۲۶	همدلی، قرار داد اجتماع و اخلاقی
۳۰	سرایت هیجانی و همدلی
۳۱	مولفه های سرایت هیجانی
۳۹	همدلی و خصوصیات مشاهده گر
۴۱	انگیزه های کمک رسانی داوطلبانه
۴۳	عوامل تغییر دهنده همدلی
۴۵	احساسات دریافت کننده کمک
۴۶	همدلی غیر واقعی
۴۸	جنسیت و همدلی
۴۹	همدلی و پیش داوری
۵۴	دیدگاه تکاملی و عصبی
۶۱	روانشناسی رشد و همدلی
۶۳	روانشناسی شناختی و همدلی
۶۴	روانشناسی بالینی و همدلی
۶۷	محدودیت های همدلی در درمان
۶۸	همدلی و علوم اعصاب
۶۹	روانشناسی اجتماعی و همدلی
۷۲	فرضیه های همدلی
۷۷	همدلی و تعلیم و تربیت

- ۷۸..... آموزش همدلی به معلمان
- ۸۰..... پروژه انتقال همدلی
- ۸۳..... ابراز همدلی
- ۸۳..... درمانگران چگونه ظرفیت همدلی خود را افزایش دهند
- ۸۷..... همدلی اجتماعی
- ۸۸..... همدلی بین فردی
- ۹۲..... همدلی عاطفی چگونه به وجود می آید
- ۹۴..... هوش هیجانی و همدلی
- ۹۸..... آموزش تشخیص و درک عواطف به کودکان
- ۱۰۱..... تشخیص و درک عواطف و ایجاد همدلی در روابط زناشویی
- ۱۰۲..... شناخت خود همدلی
- ۱۰۳..... مهارت گوش دادن و همدلی