

۱۹۱۳۲۵۵

تأثيرات ذهن آگاهی و مراقبه بر حل تعارضات زناشویی

تأثيرات ذهن آگاهی و مراقبه بر حل تعارضات زناشویی

مؤلفان: الهام مهديان فر

علی جهانگیری

شابک	:	۹۷۸-۶۰۰-۴۶۵-۳۸۰-۰۰
شماره کتابشناسی ملی	:	۵۱۵۸۷۰۰
عنوان و نام پدیدآور	:	تأثیرات ذهن آگاهی و مراقبه بر حل تعارضات زناشویی مولفان الهام مهدیان فر، علی جهانگیری.
مشخصات نشر	:	تهرانراه دکتر یسنجش و دانش ۱۳۹۷.
مشخصات ظاهری	:	۱۰۹ ص. جدول، نمودار. ۲۲ × ۲۹ س.م.
تیراژ	:	۵۰۰ نسخه
قیمت	:	۱۵۰۰۰۰ ریال
موضوع	:	زناشویی -- ایران -- اختلاف -- جنبه های روان شناسی -- نمونه پژوهی
موضوع	:	Marital conflict -- Iran -- Psychological aspects -- Case studies
موضوع	:	ذهن آگاهی (روان شناسی) -- ایران -- نمونه پژوهی
موضوع	:	Mindfulness (Psychology) -- Iran -- Case studies
رده بندی دیویی	:	۷۸/۶۴۶
رده بندی کنگره	:	۱۳۹۷HQV۴۳ ت۲م۹/
سرشناسه	:	مهدیان فر، الهام، ۱۳۵۸ -
شناسه افزوده	:	جهانگیری، علی، ۱۳۵۳ -
وضعیت فهرست نویسی	:	فیا

عنوان: تأثیرات ذهن آگاهی و مراقبه بر حل تعارضات زناشویی

مولفان: الهام مهدیان فر، علی جهانگیری

ناشر: انتشارات راه دکتر یسنجش و دانش

نوبت چاپ: اول، ۱۳۹۷

صفحه آرای: مهتاب دوستی

طراح جلد: مهتاب دوستی

تیراژ: ۵۰۰ نسخه

قیمت: ۱۵۰,۰۰۰ ریال

کلیه حقوق مادی و معنوی برای مولف محفوظ می باشد

www.rezomephd.ir

www.sanjesh.ir



فهرست مطالب

عنوان	صفحه
فصل اول:	۱
کلیات	۱
مقدمه	۲
نامگذاری متغیر ها	۱۰
تعاریف متغیرها	۱۰
تعریف مفهومی	۱۰
تعریف عملیاتی	۱۱
فصل دوم:	۱۲
مروری بر پیشینه	۱۲
خشم	۱۳
تعریف خشم	۱۳
درک خشم	۱۴
فیزیولوژی خشم	۱۵
تاریخچه خشونت	۱۷
عوامل مؤثر در بروز خشم	۱۸
۱- عوامل جسمی:	۱۸
۲- مواجه شدن با الگوهای خشم:	۱۸
۳- تحریک مستقیم توسط دیگران:	۱۹
۴- تاثیر آلودگی‌های محیطی:	۱۹
خشم در اسلام	۱۹
نظریات خشونت	۲۰
۱-نظریه محرومیت:	۲۰
۲- نظریه فراگیری اجتماعی:	۲۰
۳- خشونت به مثابه امری فطری	۲۱

۲۱	۴-خشونت به مثابه امری آموختنی
۲۳	مدیریت خشم
۲۵	ارتباط ذهن آگاهی و خشم
۲۶	تعارض زناشویی
۲۶	تعریف تعارض زناشویی
۳۰	عوامل تعارض
۳۰	زمینه های تعارضات زناشویی
۳۱	دیدگاه های نظری مشکلات زناشویی
۳۱	دیدگاه شناختی
۴۶	آموزش ذهن آگاهی و تعارض زناشویی
۴۸	ذهن آگاهی
۴۸	تعریف ذهن آگاهی و مفاهیم پایه
۵۱	مفهوم رویکرد ذهن آگاهی
۵۲	شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی
۵۳	ریشه های تاریخی ذهن آگاهی
۵۵	نظریه آسیب شناسی
۶۷	نظریه شخصیت
۶۸	محتوای درمان
۶۹	فرآیند درمان
۷۵	آرام سازی
۷۵	پذیرش
۷۶	کار آیی درمان
۷۸	رویکردهای مبتنی بر ذهن آگاهی
۷۹	مقایسه ذهن آگاهی با روانکاوی
۸۰	مقایسه ذهن آگاهی و رویکردهای رفتاری-شناختی
۸۱	پیشینه
۸۱	تحقیقات انجام شده در داخل از کشور

۸۴	تحقیقات انجام شده در خارج از کشور
۸۷	فصل سوم:
۸۷	روش
۸۸	طرح
۸۸	جامعه آماری
۸۸	روش نمونه گیری
۸۸	ابزار گردآوری داده ها
۸۹	پرسشنامه خشم اشیلیزگر، (۱۹۸۵)
۹۱	پرسشنامه تعارضات زناشویی (ثنایی ، ۱۳۷۹)
۹۲	روش اجرا
۹۲	روش آموزش ذهن آگاه
۹۷	تجزیه و تحلیل داده ها
۹۸	فصل چهارم:
۹۸	تجزیه و تحلیل داده ها
۹۹	مقدمه
۹۹	تجزیه و تحلیل توصیفی
۱۰۰	آمار استنباطی
۱۰۵	منابع