

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

تحلیل عاطفه در سوره یوسف

(آثار و راهکارهای مدیریت عواطف در زندگی)

نویسنده: رقیه السادات مصدق

سرشناسه	مصداق، رقیه السادات، ۱۳۶۰
عنوان و نام پدیدآور	تحلیل عاطفه در سوره سويف: آثار و راهکارهای مدیریت عواطف در زندگی
مشخصات نشر	یزد: نیکوروش، ۱۳۹۸
مشخصات ظاهری	۱۷۶ ص
شابک	۹۷۸-۶۰۰-۹۹۱۹-۳۴-۵
وضعیت فهرست‌رسانی	فیبیا
یادداشت:	کتابنامه: ص ۱۷۲- ۱۷۴
موضوع	تفاسیر (سوره یوسف)
موضوع	هیجان‌ها - جنبه های قرآنی
موضوع	Emotions - que'ani teaching
موضوع	اخلاق اسلامی - جنبه های قرآنی
موضوع	Islamic ethics - Aur'anic teaching
رده بندی کنگره	BP ۱۰۰/۳۵
رده بندی دیویی	۲۹۷/۱۸
شماره کتابشناسی ملی	۶۱۱۹۴۸
شماره مجوز	۷۸۹۷-۳۱۴۲۳۳

تحلیل عاطفه در سوره یوسف

نویسنده: رقیه السادات مصداق

ناشر: نیکوروش

چاپخانه: عترت

صحافی: رکن الدین

صفحه آرای: دفتر آکادمیک

نوبت چاپ: اول - ۱۳۹۹

شمارگان: ۱۰۰۰

قیمت: ۳۰۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۹۱۹-۳۴-۵



حق چاپ برای مولف محفوظ است.

یزد - خیابان امام خمینی - جنب کوچه برخوردار - انتشارات نیکوروش - ۳۶۲۶۴۶۹۹

«فهرست مطالب»

صفحه

عنوان

۷	مقدمه
۹	فصل اول: مفهوم شناسی
۱۰	عاطفه در لغت
۱۲	عاطفه در اصطلاح
۱۲	رحمت
۱۴	شغف
۱۵	بیان مراتب قلب
۱۷	حب
۱۹	فرق تبعیض و تفاوت
۲۱	فصل دوم: رویکردهای تحلیلی عاطفه
۲۲	انواع عاطفه
۲۲	مراتب نفس
۲۴	عواطف مثبت
۲۴	روابط عاطفی مثبت فردی
۲۴	روابط عاطفی مثبت فرد نسبت به خود
۲۴	روابط عاطفی مثبت فرد نسبت به خدا
۲۵	روابط عاطفی مثبت خانوادگی
۲۵	روابط عاطفی مثبت میان زوجین
۲۵	احترام متقابل
۲۶	درک و فهم متقابل
۲۷	چشم پوشی از خطاهای یکدیگر
۲۷	حفظ عفاف و تقوا
۲۸	ایثار و فداکاری
۲۹	روابط عاطفی مثبت نسبت به والدین
۳۰	احترام به والدین و تشکر از زحمات آنان
۳۰	اطاعت از والدین
۳۱	احسان به والدین
۳۲	روابط عاطفی مثبت میان خواهران و برادران
۳۲	روابط عاطفی مثبت والدین نسبت به فرزندان
۳۳	روابط عاطفی مثبت نسبت به خویشاوندان
۳۴	روابط عاطفی مثبت اجتماعی

۳۴	روابط عاطفی مثبت نسبت به همسایگان
۳۵	روابط عاطفی مثبت نسبت به دوستان
۳۶	روابط عاطفی مثبت نسبت به مردم جامعه
۳۷	عواطف منفی
۳۷	روابط عاطفی منفی فردی
۳۷	روابط عاطفی منفی نسبت به خود
۳۷	روابط عاطفی منفی نسبت به خدا
۳۸	روابط عاطفی منفی خانوادگی
۳۸	روابط عاطفی منفی زوجین
۳۹	روابط عاطفی منفی نسبت به والدین
۳۹	روابط عاطفی منفی بان راهبران و برادران
۳۹	روابط عاطفی منفی والدین نسبت به فرزندان
۳۹	روابط عاطفی منفی نسبت به خدایان
۴۰	روابط عاطفی منفی اجتماعی
۴۰	عوامل موثر در تحریک عواطف
۴۱	عوامل موثر در تحریک عواطف مثبت
۴۱	رقت قلب
۴۱	ایمان و اخلاص
۴۲	تقوا
۴۲	همنشینی با افراد صالح
۴۳	برخورداری فرد از علم و هوش و زیبایی
۴۳	احسان و تواضع
۴۳	عوامل موثر در تحریک عواطف منفی
۴۳	جهل
۴۴	حسادت
۴۴	تکبر و غرور
۴۵	سوء ظن به خدا
۴۵	کمبود عاطفی
۴۶	بی تقوایی
۴۷	فصل سوم: انواع عواطف مثبت در سوره یوسف
۵۱	عواطف مثبت فردی
۵۳	عواطف مثبت خانوادگی
۵۳	رابطه ی صمیمانه و متقابل یوسف و پدر
۵۶	رابطه ی صمیمانه ی یوسف با برادران

عواطف مثبت اجتماعی.....	۶۱
فصل چهارم: تأثیر عواطف مثبت بر افراد جامعه.....	۶۵
تأثیر جسمی عواطف.....	۶۶
تأثیر روحی روانی عواطف.....	۶۶
تأثیر فردی عواطف مثبت بر رشد.....	۶۹
آثار فردی شادمانی بر رشد.....	۶۹
تأثیر عشق و محبت بر رشد.....	۶۹
تأثیر امید بر رشد.....	۷۰
تأثیر خویشتر داری بر رشد.....	۷۱
تأثیر عفو و گذشت.....	۷۱
تأثیر اجتماعی عواطف مثبت بر رشد و تعالی جامعه.....	۷۲
آثار اجتماعی شادمانی.....	۷۳
آثار اجتماعی امید.....	۷۵
آثار اجتماعی خویشتر داری.....	۷۷
آثار اجتماعی همدلی.....	۸۰
فصل پنجم: راهکارهای تقویت عواطف مثبت در سوره یوسف.....	۸۵
راهکارهای تقویت شادمانی.....	۸۶
راهکارهای تقویت امید.....	۸۹
راهکارهای تقویت عشق و محبت.....	۹۰
راهکارهای تقویت همدلی.....	۹۲
راهکارهای تقویت خویشتر داری.....	۹۴
راهکارهای تقویت عفو و گذشت.....	۹۷
فصل ششم: انواع عواطف منفی در سوره یوسف.....	۹۹
انواع عواطف منفی فردی.....	۱۰۰
عواطف منفی خانوادگی.....	۱۰۵
عواطف منفی اجتماعی.....	۱۱۹
فصل هفتم: تأثیر عواطف منفی بر افراد و جامعه.....	۱۲۹
تأثیرات فردی عواطف منفی در عقب ماندگی افراد.....	۱۳۰
آثار اجتماعی عواطف منفی بر عقب ماندگی جامعه.....	۱۴۴
فصل هشتم: راهکارهای مدیریت عواطف منفی در سوره یوسف.....	۱۵۳
راهکارهای مدیریت سوءظن.....	۱۵۴
راهکارهای مدیریت اضطراب.....	۱۵۶
راهکارهای مدیریت ترس.....	۱۵۷
راهکارهای مدیریت حسادت.....	۱۵۹

۱۶۱.....	راهکارهای مدیریت تکبر.....
۱۶۵.....	راهکارهای مدیریت کینه.....
۱۶۶.....	راهکارهای مدیریت خشم.....
۱۶۷.....	راهکارهای مدیریت غفلت.....
۱۶۸.....	راهکارهای مدیریت خیانت.....
۱۷۲.....	نتیجه گیری.....
۱۷۴.....	فهرست منابع.....

مقدمه:

داستان، بار تربیتی فوق العاده ای دارد و تأثیر آن بر فکر و ذهن انسان بسیار زیاد است. عالی ترین نصیحت ها و محکمه پسند ترین اندرزها، در قالب تمثیل و داستان است که به جان مخاطب می نشیند.

از آنجا که داستان، بار هیجانی و عاطفی دارد پایداریش در حافظه ی بلند مدت انسان بیشتر و تأثیر و ثبتش در ضمیر ناخودآگاه عمیق تر است و داستانهایی که خداوند در قرآن بیان نموده به خاطر صادق بودنش، بار تربیتی و عاطفی بیشتری دارد.

در این کتاب، عاطفه را در بین سوره ی مبارکه تحلیل می کنیم به این صورت که انواع عواطف و آثار آن را بررسی نموده و راهکارهای تقویت و مدیریت آنها را برگرفته از این سوره شرح می دهیم.

در فصل اول، عواطف در سه مرحله ی فردی، خانوادگی و اجتماعی به دو دسته تقسیم شد: عواطف مثبت و عواطف منفی و گفت می شود که عواطف مثبت از نفس پاک و مهذب سرچشمه می گیرد و عواطف منفی از نفس ناپاک و تهذیب نشده و لذا هر دو در تعیین سرنوشت انسان تأثیر ژرف دارند.

در فصل دوم، انواع عواطف مثبت به طور اختصاصی در سوره ی یوسف (علیه السلام) بررسی می شود. در سوره ی یوسف (علیه السلام)، عواطف مثبت در سه مرحله، به طور وضوح وجود دارد: عواطف مثبت فردی شامل: علاقه ی متقابل یوسف و خداوند، علاقه ی متقابل یوسف و پدر، علاقه ی یوسف به برادرانش، علاقه ی یوسف به دوستان، مسئولان دلسوز جامعه و علاقه ی متقابل یوسف و مردم رنج دیده.

نمودهای عاطفی مثبت عبارتند از: امانت داری و رازداری، دوستی و صداقت، عفو و گذشت، ایثار و فداکاری، دستگیری از ضعفای جامعه، دلسوزی نسبت به هدایت مردم، خداپرستی و دعوت به یکتاپرستی و عفت و پاکدامنی.