

بیا بخندیم

خشم و پر خاشگری

ایوب باقری

www.ketab.ir



انتشارات
گلج علم

انتشارات گنج علم

خشم و پر خاشگیری

نویسنده: ایوب باقری

ویراستار: سعید طاووسی

صفحه آرا: سمیرا کایدی

طراح جلد: دلارام پری پیکر

ناشر: گنج علم

چاپ اول: پاییز ۹۹

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۲۳-۶۹۶۵-۷۵-۰

قیمت: ۴۸۰۰۰ تومان

نشانی: شیراز، چهارراه ۱۵ خرداد، ابتدای خیابان قصردشت،

کوچه ۱، پلاک ۱

تلفن: ۰۷۱۳۲۳۰۴۰۱۷

آدرس سایت: www.gpub.ir

ایمیل: Ganjelpub@gmail.com

«کلیه ی حقوق چاپ و نشر برای ناشر محفوظ است.»



سازمان اسناد و کتابخانه ملی
جمهوری اسلامی ایران

- سرشناسه
عنوان و نام پدیدآور
مشخصات نشر
مشخصات ظاهری
شابک
وضعیت فهرست نویسی
یادداشت
موضوع
موضوع
موضوع
موضوع
موضوع
موضوع
موضوع
موضوع
رده بندی کنگره
رده بندی دیویی
شماره کتابشناسی ملی
وضعیت رکورد
- باقری، ایوب، ۱۳۵۸ -
خشم و پرخاشگری / ایوب باقری ؛ ویراستار سعید طاووسی.
شیراز: گنج علم، ۱۳۹۹.
۱۳۸ ص؛ ۲۱/۵×۱۴/۵ س.م.
978-622-696575-0
فیپا
وضعیت فهرست نویسی
کتابنامه.
خشم -- پیشگیری
Anger -- Prevention
پرخاشگری -- پیشگیری
Aggressiveness -- Prevention
پرخاشگری در نوجوانان -- درمان
Aggressiveness in adolescence -- Treatment
خشم در نوجوانان
Anger in adolescence
۵۷۵BF:
۴۷/۱۵۲:
۷۴۰۷۷۶۵:
فیپا

فهرست مطالب

۳	 سخن نویسنده
۵	 پیشگفتار
۹	 فصل اول : نگاهی به مفهوم هیجان در انسان
۱۱	 مدیریت هیجان
۱۲	 مؤلفه‌های هیجان
۱۳	 انواع واکنش‌های هیجانی
۱۸	 نظریه‌های هیجان
۲۲	 فلسفه شناخت هیجان
۲۴	 راهبردهای تنظیم هیجان
۲۹	 فصل دوم: پرخاشگری
۳۱	 عوامل مؤثر بر پرخاشگری
۴۲	 نظریه‌های پرخاشگری
۶۴	 صورت‌بندی شناختی رفتاری از پرخاشگری
۶۷	 عوامل زیست‌شناختی
۶۹	 جنسیت و پرخاشگری
۷۱	 تفاوت خشم، پرخاشگری و خصومت
۷۲	 انواع پرخاشگری از دیدگاه مولر
۷۳	 علائم هشداردهنده پرخاشگری
۷۷	 فصل سوم: آشنایی با صبر به‌عنوان درمانی برای پرخاشگری
۷۶	 ثبات پرخاشگری
۸۰	 اقسام صبر

۸۱.....	مراتب صبر از دیدگاه قرآن.....
۸۳.....	مصادیق صبر و صابران.....
۸۷.....	آثار صبر.....
۹۱.....	صبر و کنترل خشم.....
۹۵.....	فصل چهارم : عزت نفس و پرخاشگری.....
۹۶.....	تعریف عزت نفس.....
۹۷.....	منشأ پیدایش عزت نفس.....
۹۹.....	مؤلفه‌های اساسی عزت نفس.....
۱۰۰.....	ویژگی‌های افراد دارای عزت نفس بالا.....
۱۰۲.....	ویژگی‌های افراد دارای اعتماد و عزت نفس پایین.....
۱۰۳.....	عزت نفس و راه‌های افزایش آن در دانش‌آموزان.....
۱۰۹.....	عزت نفس در قرآن مجید.....
۱۱۱.....	نظریات مرتبط با عزت نفس.....
۱۱۸.....	رابطه عزت نفس و پرخاشگری.....
۱۲۱.....	فصل پنجم: راه‌های پیشنهادی در درمان پرخاشگری در نوجوانان.....
۱۲۲.....	پرخاشگری نوجوانان یا بروز رفتارهای بزهکارانه؟.....
۱۲۲.....	مهمترین علل پرخاشگری نوجوانان.....
۱۲۴.....	جواب پرخاشگری نوجوانان، پرخاشگری نیست.....
۱۲۴.....	پرخاشگری نوجوانان شما شاید از خود شما نشأت می‌گیرد.....
۱۲۵.....	در مقابل بزهکاری‌های فرزندانم چه کنم؟.....
۱۳۰.....	کلام آخر.....
۱۳۱.....	فهرست منابع.....

سخن نویسنده

پرخاشگری برای دانش آموز و خانواده او موجب مشکلات فراوانی می شود. حتی در رفتار و زندگی آینده او نیز تأثیر می گذارد. پرخاشگری و تخصص یکی از بیماری های شایع در کودکان و نوجوانان و حائز اهمیت در تبیین علائم روانپزشکی آنهاست و این موضوع بسیار در امور فرهنگی و تربیتی به خصوص در روابط دانش آموزان با معلمان به چشم می خورد. پرخاشگری علامت بسیار مهمی دارد که در بسیاری از اوقات والدین دانش آموزان به ویژه اولیای مدارس به سادگی از کنار آن می گذرند. تحقیقات نشان داده که عمده ترین عامل پرخاشگری ریشه در نابسامانی درون خانواده و روش های تربیتی نادرست دارد و از طرفی درمان این اختلالات بدون مساعدت و یاری مسئولین مدرسه و والدین امکان پذیر نمی باشد. دانش آموزان نیروی فعال و پویای جامعه هستند و نمی توان این جمعیت فعال را نادیده گرفت. کم توجهی در رسیدگی به پرخاشگری در آنها به کیفیت زندگی آنها لطمه می زند و منجر به عوارضی نظیر فرار از مدرسه، افت تحصیلی و سوء مصرف مواد می شود که این عوارض به نوبه خود بر آینده دانش آموز تأثیر منفی می گذارد؛ بنابراین شناخت تأثیر عوامل محیطی بر رشد نوجوانان از نظر تعلیم و تربیت اهمیت خاصی دارد. در نتیجه نسبت به اهمیت موضوع ارائه یک برنامه آموزشی مناسب برای این گونه دانش آموزان نیاز است تا اعمال پرخاشگرانه آنها کنترل شود و احساس امنیت و شایستگی کلیه دانش آموزان و همچنین احترام معلم و جایگاه او تأمین شود.