

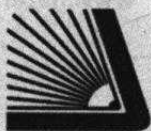
بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

بیت ستم و مایه

اطراف ما

مفاهیم کلی پیرامون اختلال های روان شناسی
و راهکارهای درمانی به همراه معرفی جامع
داروهای اعصاب روان و پرسشنامه

مریم یوسفی



انتشارات تظری

عنوان و نام پدیدآور	اطراف ما / مریم یوسفی
مشخصات نشر	تهران : انتشارات نظری، ۱۳۰۰
مشخصات ظاهری	۳۹۶ ص
شابک	۹۷۸-۶۲۲-۲۰۹-۹۱۷-۶
وضعیت فهرست‌نویسی	فیا
موضوع	زناشویی - اضطراب - جنبه های روان شناسی - نمونه پژوهی - افسردگی
رده بندی کنگره	HQ۷۳۳
رده بندی دیویی	۳۰۶/۸۱۰۹۵۵
شماره کتابشناسی ملی	۸۷۰۵۹۰۰

نام کتاب : اطراف ما

نام نویسنده : مریم یوسفی

طراح جلد: مهدی شمیاتی

صفحه آرا: سهیلا احمدپناه هدا

نوبت چاپ : اول - ۱۴۰۰

شمارگان : ۳۰۰

کلیه حقوق چاپ و نشر و مالکیت مادی این کتاب، مخصوص و محفوظ ناشر است .

دفتر مرکزی : تهران، خیابان ولی عصر (عج) ، خیابان سید جمال الدین اسدآبادی (یوسف آباد) ،

نیش خیابان فتحی شقایق ، جنب بانک سپه پلاک ۲۲ ، طبقه ۲ ، واحد ۱۷

E-mail: nazaribook@yahoo.com

www.nazaribook.ir



انتشارات نظری

تلفن : ۸۸۱۰۲۷۷۵

همراه : ۰۹۱۹۰۱۲۹۴۵۵

قیمت : ۷۵۰۰۰۰ ریال

فهرست مطالب

عنوان	صفحه
سخن ناشر	۱۷
افسردگی	۲۳
علایم افسردگی	۲۶
انواع افسردگی بر اساس DSM5	۲۸
علل بروز افسردگی	۲۹
افسردگی و تعارضات زناشویی	۳۲
تعارض زناشویی	۳۳
سلامت روان	۳۳
طرحواره درمانی	۳۴
تعارض زناشویی	۳۵
تأثیر تعارض زناشویی بر کیفیت زندگی	۴۶
راه کارهای ابتدایی برای حل تعارضات	۴۸
نظریات سبب‌شناسی تعارض زناشویی	۵۳
رویکرد روان‌پویایی (روان‌تحلیلی)	۵۳
رویکرد رفتاری - شناختی	۵۵
نظریه مبادله اجتماعی	۵۷

عنوان	صفحه
نظریه ارتباطی	۶۰
واقعیت اول	۶۰
واقعیت دوم	۶۱
واقعیت سوم	۶۱
واقعیت چهارم	۶۲
واقعیت پنجم	۶۲
انواع تعارضات خانوادگی	۶۲
الف: تعارضات زناشویی	۶۲
ب: تعارضات والدین با فرزندان	۶۳
علت‌شناسی تعارضات زناشویی	۶۳
تأثیر تعارضات خانوادگی بر روابط زناشویی	۶۴
تأثیر تعارضات خانوادگی بر روابط والدین با فرزندان	۶۵
اهمیت آموزش مهارت‌های ارتباطی به زوجین و تأثیر مثبت آن بر کاهش تعارضات زناشویی	۶۶
سلامت روان	۷۳
تعریف سلامت روان	۷۶
جایگاه سلامت روان در جامعه	۷۸
ویژگی‌های سلامت روان	۸۱
دیدگاه‌های مربوط به سلامت روان	۸۲
۱- دیدگاه مازلو	۸۳
دیدگاه روانی - اجتماعی و زیستی	۸۴
دیدگاه اریکسون	۸۴
دیدگاه کارن هورنای	۸۶

عنوان	صفحه
دیدگاه اریک برن	۸۷
دیدگاه اریک فروم	۸۸
رویکرد روان‌شناختی	۹۰
دیدگاه اسکینر	۹۰
رویکرد روانکاوی	۹۱
دیدگاه یونگ	۹۲
دیدگاه انسان‌گرایانه	۹۴
گروودون آلپورت	۹۴
طرح‌حواره درمانی	۹۷
مفاهیم طرح‌حواره	۹۸
حیطه‌های طرح‌حواره‌ها	۱۰۱
حیطه‌ی یک: بریدگی و طرد	۱۰۲
حیطه‌ی دو: خودگردانی و عملکرد مختل	۱۰۴
حیطه‌ی سه: حد و مرزهای مختل (محدودیت‌های مختل)	۱۰۶
حیطه‌ی چهار: هدایت شدن توسط دیگران (دیگر جهت‌مندی)	۱۰۸
حیطه‌پنج: گوش به زنگی بیش از حد و بازداری	۱۰۹
پیشینه پژوهش طرح‌حواره درمانی	۱۱۲
روش پژوهش	۱۲۵
جامعه آماری	۱۲۵
نمونه و روش نمونه‌گیری	۱۲۶
طرح پژوهش	۱۲۶
روش اجرای جلسات	۱۲۷
ابزار جمع‌آوری اطلاعات	۱۲۸

.....	عنوان	صفحه
.....	پرسشنامه تعارض زناشویی (MCQ)	۱۲۸
.....	پایایی و روایی پرسشنامه	۱۲۹
.....	نمره گذاری	۱۲۹
.....	پرسشنامه سلامت کلدبرگ (GHQ)	۱۳۵
.....	نمره گذاری GHQ	۱۳۶
.....	اعتبار و پایایی آزمون	۱۳۷
.....	پرسشنامه سلامت عمومی (GHQ-28)	۱۳۸
.....	پرسشنامه افسردگی بک (BDI-II)	۱۴۱
.....	معرفی آزمون	۱۴۱
.....	جلسات درمانی	۱۴۷
.....	روش اجرای جلسات	۱۵۰
.....	اضطراب	۱۶۵
.....	دلایل ابتلا	۱۶۸
.....	دارودرمانی اختلال اضطراب فراگیر	۱۷۰
.....	فوبیای اجتماعی	۱۷۱
.....	علایم افراد مبتلا به فوبیای اجتماعی	۱۷۱
.....	اختلال هراس	۱۷۳
.....	علایم اختلال هراس	۱۷۴
.....	آگورافوبیا	۱۷۷
.....	اختلال اضطراب پس از سانحه	۱۸۳
.....	اختلال وسواسی جبری	۱۸۵
.....	الگوهای تفکر وسواسی	۱۸۶
.....	الگوهای رفتار اجباری	۱۸۷

سخن ناشر

در قرن نوزدهم مباحث گوناگون علمی یکی پس از دیگری در خصوص مسائل علمی، عقلی، فلسفی و تجربی مشغول نزاع با یکدیگر شدند و تلاش برای جدایی و دور شدن از همدیگر به واقعیت پیوست. در ابتدا روان‌شناسی که دانش عقلی، تجربی، برهانی و علمی است، کاملاً تجربی به نظر می‌رسید، اما موضوعاتی مانند: روح، ماهیت روح و تلاش برای شناسایی آن‌ها با روش‌های گوناگون موجود در جامعه شکل گرفت. در فلسفه اسلامی نیز از قدیم‌الایام در بخشی تحت عنوان علم‌النفس به مسائل روانشناختی پرداخته است. در علم‌النفس علاوه بر مباحث فیزیولوژیک و حواس ظاهری به امور مربوط به بُعد انسانی نیز توجه بسیاری شده است که از مباحث بسیار مهم و ضروری بوده و امروزه جایشان در مباحث روان‌شناسی خالی است. باید توجه داشت، نظریه‌های تجربه‌گرایی، اثبات‌گرایی و ماده‌گرایی از جمله جریان‌های فکری هستند که بر حرکت روان‌شناسی علمی تاثیر بسزایی دارند.